Oltea Mutulescu
aloe vera
planta celor
1000 de
MIRACOLE

Oltea Mutulescu
Consultant de specialitate Prof. dr. Ovidiu Bojor

ALOE VERA
Planta celor 1000 de MIRACOLE

Lux Sublima
Bucuresti 2010

Cuprins

Primul cuvant

Cap. 1 - FASCINATIA ALOE A SUPRAVIETUIT IMPERIILOR

Cap. 2 - O FARMACIE INTR-O PLANTA

Cap. 3 - MISTERUL DIN CULISELE BIOCHIMICE

Cap. 4 - VITAMINE, MINERALE...
FORTA MAGICA A ECHIPEI

Cap. 5 - REZULTATE EXCEPTIONALE
UNDE MEDICAMENTELE ESUEAZA

Cap. 6 - SPUNE-MI CE MANANCI CA SA-TI SPUN CINE ESTI

Cap. 7- DOCTORII EXCLAMA: "ALOE, MON AMOUR!"

Cap. 8- CU MINE S-A FACUT O MINUNE

Cap. 9- CAMPIOANA ABSOLUTA LA JOCURILE OLIMPICE

Cap. 10 - VINDECARI RECORD IN STOMATOLOGIE

Cap. 11 - EFECTE MIRACULOASE DE LA A LA Z

Cap. 12 - VINDE COSMETICE DE MILIOANE

Cap. 13 - PERFORMANTE UNICE IN
TRATAMENTELE VETERINARE

Cap. 14 - O MANUSA ARUNCATA STIINTEI

Cap. 15 - ALOE LA NEVOIE SE CUNOASTE

Cap. 16 - DE LA PLANTA LA PRODUS

Ultimul cuvant

Primul curant

Ce spun stirile de ultima ora? Pe langa tot felul de neajunsuri economice si politice, omenirea se confrunta cu o adevarata criza in domeniul sanatatii. Iar paradoxul face ca tocmai oamenii din tarile bogate, unde cheltuielile de dezvoltare a sistemului medical cresc vertiginos, sa fie din ce in ce mai expusi la diverse boli si afectiuni.
Statisticile acestui sfarsit de secol avertizeaza: 60% dintre decese sunt provocate de modul gresit de viata, 20% de mediul poluat in care traim (aer, apa, radiatii) si doar 20% de cauze congenitale sau accidentale. Ceea ce inseamna ca 80% dintre decese sunt determinate de propriile noastre erori. Iar asta ne aminteste constatarea amara a filozofului Seneca: "Omul nu moare, ci se omoara". Cum? Ignorand legile naturale ale vietii, contrazicand tendinta spontana a organismului catre sanatate si armonie. Poluarea aerului si a apei, gestionarea neinteleapta a alimentatiei, consumul de tigari, cafea, alcool si excesul de medicamente sunt riscuri potentiale in fata carora cei mai multi raman dezarmati.
Corpul uman este un mecanism extraordinar, capabil sa suporte atatea excese, incat nu stim niciodata in ce moment am depasit linia rosie. Asa se explica de ce, in prezent, un american din cinci este obez, doua din cinci persoane mor datorita bolilor de inima, iar unul din doi barbati si una din trei femei sunt diagnosticati cu cancer. De altfel, afectiunile cardiovasculare si cancerul apartin celor mai raspandite categorii de boli ale lumii moderne. Totusi, acestea ar fi spectaculos reduse prin corectarea modului de a manca si scaderea naturala a excesului de toxine din organism, exces care se datoreaza in mare masura hranei semipreparate, conservate, congelate, precum si alimentelor "la minut", cu o valoare nutritiva modesta sau chiar nula.
Aveti idee, de exemplu, cam ce cantitate de substante chimice ingereaza intr-un an un om care consuma paine? Mai mult de 6 kg. Sedusi de trucurile publicitatii care a renuntat de mult la orice scrupule, suntem incurajati sa ne delectam cu tot felul de alimente care contin vitamine sintetice, conservanti, coloranti, aromatizanti si stabilizatori. Substantele de sinteza nu pot fi metabolizate de organism, deoarece acesta nu are informatia necesara pentru a le prelucra. Si atunci le pastreaza, intoxicandu-se lent, dar sigur. Sa ne mai minunam ca in asemenea conditii oamenii sunt din ce in ce mai expusi riscului de a contacta orice tip de afectiuni, de la raceala la cancer, de la migrene la atacuri de inima?
Sistemul imunitar se afla in legatura cu majoritatea bolilor; cu cat este mai puternic, cu atat scade pericolul de imbolnavire. Cu cat este mai slab, cu atat corpul devine mai vulnerabil la diverse afectiuni. Orice organism uman dezvolta celule potential canceroase. Problema apare doar daca sistemul

imunitar nu este capabil sa le distruga. Cele mai active celule de exterminare a "inamicilor" alcatuiesc trupa de comando, prima linie de aparare impotriva bacteriilor, a virusurilor ori a cancerului.
Un studiu american recent a pus in evidenta faptul ca, intre 1981-1991, in organism, numarul celulelor de acest tip (supranumite celulele "killer" – ucigase, tocmai datorita rolului lor de a distruge celulele anormale) a scazut cu aproximativ 1% in fiecare an. De asemenea, intre 1991-1999, media scaderii a inregistrat o curba anuala de 3%, ceea ce inseamna o diminuare cu 29% a rezistentei sistemului imunitar in doar optsprezece ani. Iar procesul este in plina desfasurare si prezinta un ritm din ce in ce mai alert. Ce inseamna asta? Faptulca nu doar unii dintre noi, ci toti suntem mult mai expusi la boli. Nimeni nu mai este perfect sanatos, chiar daca arata si se simte bine, chiar daca medicul il asigura ca analizele de sange au iesit grozav. Profesorul Bohlau din Frankfurt sustine ca omul este programat genetic sa traiasca 110 ani. Cu toate acestea, 50% dintre decesele din SUA survin datorita afectiunilor cardiovasculare, 33% datoria cancerului si 12% datorita diabetului. Total? 95% din decesese se produc ca urmare a unor tulburari care erau rare acum cateva decenii. In plus, au aparut alergii agresive, artrite, astm, fibromialgie, tot felul de maladii si virusuri mutante periculoase care devoreaza efectiv antibioticele. Medicina moderna recunoaste ca nu poate trata multe dintre aceste afectiuni. In cel mai bun caz, doar suprima simptomele si apoi recomanda un nou medicament pentru tratarea reactiilor adverse, inscriindu-se astfel intr-un cerc vicios. Milioane de oameni sunt ingrijorati de efectele secundare datorate tratamentelor medicale cu produse obtinute in laborator. Cele zece mii de persoane spitalizate intr-un singur an in Marea Britanie ca urmare a unor astfel de efecte s-au convins pe propria lor piele de realitatea acestui pericol, in timp ce medicii trebuie sa faca permanent fata valului de informatii provenite de la fabrcantii de medicamente, obsedati sa-si sporeasca vanzarile.
Din pacate, multi nu tin cont de reactiile propriului corp decat in momentul cand incep sa se simta rau. Iar atunci spera ca doctorii le vor prescrie imediat medicamentele care ii vor salva ca prin farmec. De fapt, ei ar avea nevoie de un plus de responsabilitate in ceea ce priveste sanatatea personala si de mai multa luciditate in legatura cu obiceiurile alimentare si deprinderile vicioase. Si asta pentru ca nu ultima cina, ultima cafeluta, ultimul fum de tigara sau ultimul pahar de alcool i-au imbolnavit, ci miile de mese precedente, de cafele, tigari si bauturi alcoolice pe care le-au consumat. Mentinut astfel sub bombardament nutritional, agresat de poluarea apei si a aerului, de nicotina, cofeina, radioactivitate, stres si atitudini mentale negative, organismul uman nu traieste, ci supravietuieste cu un eroism demn de o cauza mai nobila.

Iar acum vestile bune! Caci avem intr-adevar nevoie de cateva informatii incurajatoare pentru a le contracara pe cele alarmante. Exista o speranta. Stiinta actuala se reorienteaza spre medicina si terapiile naturale si spre metodele stravechi in tratarea corpului. Paracelsus, parintele farmacologiei, a spus: "Tot ceea ce are nevoie omenirea pentru o buna sanatate si pentru vindecare e asigurat de natura; provocarea stiintei consta in descoperirea acestor leacuri."
Ca raspuns, o serie de cercetatori ai zilelor noastre sustin producerea medicamentelor care au la baza componente de origine naturala. Un sondaj estimativ realizat in 1981 arata ca pana in 2008 peste 50% din retetele medicale americane, incluzand antibioticele si produsele antifungice, vor avea un ingredient activ obtinut din plante. Acelasi sondaj a dezvaluit ca intr-un singur an, de pilda, populatia Statelor Unite a cheltuit opt miliarde de dolari pentru astfel de retete si inca o jumatate de miliard pentru medicamente obtinute exclusiv din plante.
Organizatia Mondiala a Sanatatii aprecieaza ca 65% din locuitorii planetei folosesc produse fitoterapeutice, ca modalitate pricipala de tratament. Astazi exista peste o suta douazeci de medicamente obtinute pe baza de plante. Morfina si codeina sunt derivate din opiumul continut in mac (Papaver somniferum). Atropina se extrage dintr-o specie de matraguna (Atropa Belladonna), Reserpina, medicament indicat in caz de hipertensiune arteriala, este derivata din planta Rauwolfia serpentina, iar unele pilule pentru controlul respiratiei sunt in mod indirect derivate din jam-ul mexican. Si cu toate ca multi compusi activi continuti de plante (costituienti chimici cu anumite proprietati) pot fi reprodusi in laborator, pe cale artificiala, exista companii care prefera sa produca medicamente cu extracte vegetale, deoarece, spre deosebire de cele sintetice, acestea nu au efecte secundare sau reactii adverse.
In ultimii ani, conceptul de medicina alternativa a facut progrese. Iar Aloe vera, una dintre plantele cu o istorie indelungata si stralucita, s-a bucurat de o atentie cu totul si cu totul speciala. Sunteti de acord ca a fi informat e mai bine decat a fi nestiutor? Ca sanatatea este cea mai pretioasa comoara? Ce-ar fi daca... intr-o buna dimineata ati deschide ziarul si ati citi un articol despre optzeci si mai bine de vitamine, minerale, enzime, antioxidanti si multiple componente fitochimice care sunt continute de Aloe vera, ce actioneaza la unison si au un impact extraordinar asupra organismului, despre substantele naturale care se afla in acesta planta si sunt considerate veritabile "microsofturi" care pot revolutiona starea de sanatate a intregii omeniri? V-ar interesa? Atunci trebuie sa aflati; nu este doar adevarat, ci chiar impresionant. Iar amanuntele, prea numeroase pentru un simplu articol de presa, sunt prezentate pe larg in paginile acestei carti.
Aloe vera nu poate fi considerata infailibila ca arma secreta impotriva tuturor suferintelor noastre; este clar insa ca ne pune la dispozitie foarte

multe elemente nutritionale, vitale pentru organism. Gelul extras din frunzele sale are putere mare de cicatrizare, este antiinflamator si are proprietati generale benefice pentru sanatate. De aceea aloe se dovedeste de mare ajutor intr-o serie de afectiuni si de probleme aparent fara nici o legatura intre ele: artrite, acnee, astm, diabet, hipercolesterolemie, sinuzita, eczeme, plagi, ulcere, colite, candidoza, constipatie, conjunctivita... Toate acestea la nivel uman. Pentru animale, lista pare fara sfarsit.
Secole de-a randul, Aloe vera a fost utilizata de numeroase civilizatii pentru a trata o multime de maladii interne si externe, iar aceasta s-a petrecut cu mult inainte de aparitia practicilor medicale moderne si dezvoltarea industriei farmaceutice. In pofida acestor stralucite recomandari din trecut, confreria medicilor conventionali nu a acceptat, in general, sa ia in considerare proprietatile sale exceptionale, sub pretextul ca nici o dovada clinica nu a venit sa confirme utilizarile stravechi si raspandirea folosirii sale in practicile populare.
In cursul anilor '80 insa, atat intre medicii profesionisti, cat si in randul marelui public, a luat nastere o miscare favorabila unei apropieri holistice de arta vindecarii, cu o receptivitate speciala pentru utilizarea produselor naturale si pentru recurgerea la terapiile alternative sau complementare. Aceste tratamente au castigat popularitate pe masura ce oamenii au devenit din ce in ce mai constienti de riscul efectelor secundare inerente tratamentelor medicale de lunga durata si au inceput sa fie preocupati de influenta benefica a regimurilor alimentare si a unui mod de viata mai sanatos. Fara indoiala ca o asemenea shimbare devine o tendinta ireversibila, iar Aloe vera poate juca in continuare un rol important.
Viata acestui inceput de secol sta sub semnul nefast al poluarii, al pesticidelor, al conservantilor si al altor aditivi, fara a mai vorbi de alimente "la minut", de abuzul de antibiotice, de agentii de stres si de cei care provoaca alergiile. Dar deasupra tuturor, natura si cercetarile moderne se straduiesc sa ofere sansa de a limita avalansa maladiilor care ne ameninta. Citind aceasta carte, sunteti deja pe calea cea buna, catre o noua sanatate. Va urez luciditatea necesara si mult succes! Si fiti convinsi: daca doriti sa aprofundati cautarile, toate raspunsurile exista si asteapta sa fie descoperite.

Capitolul 1

FASCINATIA ALOE A SUPRAVIETUIT IMPERIILOR

Nimeni nu poate spune cu exactitate de cand este cunoscuta Aloe vera ca planta medicinala. Unul dintre primele indicii ale utilizarii sale se afla pe tablite sumeriene datand din anul 2100 i.Ch. Dar s-au gasit, de asemeni, reprezentari ale plantei pe peretii unui templu egiptean construit cu mult inainte de anul 4000 i.Ch.
Cu intregul sau cortegiu de mituri si de legende raspandite in cele patru zari ale Antichitatii, aloe a fost investita cu un statut aproape divin si venerata pentru virtutiile sale vindecatoare. Utilizarea sa era frecventa in tinuturi la mare distanta unele de altele, cum sunt, de pilda, sudul Europei, Orientul Mijlociu, Africa de Nord, Extremul Orient si America, iar rolul pe care l-a jucat a fost deosebit de important in medicina a numeroase civilizatii stravechi.
Mentionata in Cartea egipteana a remediilor si in tratatul medical Papyrus Ebers, care dateaza din anul 1550 i.Ch., aloe este recomandata intr-o varietate de formule ca se bazeaza pe amestecul ingenios cu alte substante naturale, capabile sa vindece numeroase afectiuni interne si externe.
Egiptenii adorau aloe, numind-o "planta nemuririi". Asta explica utilizarea sa si pentru imbalsamarile faraonilor, al caror mister nu a fost dezlegat inca. Pe de alta parte, s-au pastrat povestirile despre reginele Cleopatra si Nefertiti, amandoua celebre pentru frumusetea lor, care se imbaiau in gelul atat de pretios. Se spune ca servitoarele care cunosteau tainele acestei plante ii pregateau Cleopatrei o lotiune pe baza de aloe, cu care isi ungea fata pentru a-si mari farmecul. Tenul catifelat al femeilor mayase din Yucatan este atribuit tot miraculosului gel de aloe. Si neintamplator, triburile indienilor din Florida au pastrat viu mitul care povesteste despre izvorul tineretii ce tasneste din mijlocul unei tufe de aloe.
Chiar si evreii, sub influentele primite in lunga sclavie din Egipt, se pare ca au adoptat traditiile funerare ale paznicilor lor; insusi regele Solomon a fost un mare partizan al plantei de Aloe vera si a ordonat sa fie cultivata datorita proprietatilor sale medicinale cu totul speciale. Se stie ca vechile populatii din Mesopotamia foloseau planta pentru a alunga spiritele rele din casa.
Mai tarziu, Cavalerii Templieri aveau obiceiul sa bea vin de palmier amestecat cu pulpa de aloe si canepa – licoare pe care o botezasera "elixir de Jerusalem" sau "elixirul sanatatii" – si pe seama caruia puneau vitalitatea excelenta si longevitatea de care se bucurau.
Slujind omenirea de-a lungul epocilor, acesta planta a tratat si eczema cronica a poetului dinastiei Tang, Liu Yu Xi. Iata cum a consemnat el experienta vindecarii cu rokai, numele sub care este cunoscuta aloe in

medicina chineza: "Cand eram copil am avut o eczema rebela. Am folosit o multime de tratamente, dar toate au fost ineficiente. Totusi, cand am descoperit aloe, pe care mi-a recomandat-o un farmacist priceput, eczema s-a vindecat foarte repede."
Mult timp s-a considerat ca Aloe vera aduce noroc si protejeaza impotriva raului. Cu sute de ani in urma, africanii o agatau in manunchiuri deasupra usii, ca sa alunge spiritele nefaste. In Mexic se planteaza inca pe marginea drumului care duce spre casa, pentru ca toti oamenii care trec pragul locuintei sa aiba bune intentii. Iar in unele parti ale lumii se pastreaza obiceiul ca tinerii casatoriti sa primeasca o planta de aloe dezradacinata si neudata. Atata timp cat aceasta continua sa dea frunze noi, se presulune ca proaspatul cuplu va avea noroc.
Cu sase sute de ani inainte de Christos, Aloe vera s-a raspandit in Persia si in India, adusa de vanzatorii arabi. In vremurile acelea, arabii o foloseau atat intern, cat si extern. Ei descoperisera cum sa conserve planta pe care o numeau "crinul desertului". Separau gelul si seva de scoarta si umpleau cu pulpa obtinuta burdufuri din piele de capra pe care le expuneau la soare pana la completa uscare si transformare in pudra. Trebuie sa recunoastem ca tehnica a facut de atunci progrese enorme! Oricum, si in zilele noastre triburile de beduini si razboinici tuaregi din Sahara cunosc aceasta planta si ii arata un interes deosebit.
In jurul anului 500 i.Ch., insula Socotra, situata in apropierea coastei Africii, era vestita pentru culturile de Aloe vera. O legenda povesteste ca Alexandru cel Mare a cucerit-o pentru a-si asigura aprovizionarea regulata cu aloe, folosita frecvent in tratarea soldatilor raniti in campaniile sale de cucerire a lumii. Se spune ca atunci existau in Socotra cinci plantatii de unde Aloe vera era exportata catre tari indepartate precum Tibetul, Malaysia, India si China. O alta legenda ne incredinteaza ca insusi Alexandru cel Mare s-a vindecat cu gel de aloe picurat deasupra unei rani capatate in lupta.
Hindusii credeau ca Aloe vera crestea in Paradis; ei o numeau "vindecatorul tacut". Medicii Chinei antice ii atribuiau proprietati terapeutice majore si o botezasera "remediu armonizator". In treacat fie spus, americanii o numesc si astazi "videcatorul linistit", iar rusii ii spun dupa exemplul egiptenilor, "elixir de longevitate".
De-a lungul secolelor aloe s-a raspandit in intreaga lume. Chiar calatorii Marco Polo si Columb o pomenesc. Aloe a supravietuit multor imperii care au introdus-o pe noile teritorii cucerite. Imperiile s-au prabusit, dar planta a ramas.
Prima referire amanuntita la utilizarea aloei o intalnim la Dioscorides, autor al scrierii Marele ierbar (41-68 d.Ch.). Medicul antic si-a imbogatit cunostintele despre plante calatorind impreuna cu armatele romane in timpul campaniilor de cucerire. El a redactat prima descriere detaliata care

s-a pastrat despre planta de Aloe vera si a remarcat faptul ca gelul continut in frunze poate fi utilizat pentru vindecarea furunculilor, a hemoroizilor, pentru catifelarea pielii uscate si calmarea mancarimilor, pentru tratarea ulceratiilor genitale, a iritatiilor amigdalelor, a gingiilor si a gatului, pentru a usura cicatrizarea si pentru a opri sangerarea ranilor.
Plinius cel Batran (23-79 d.Ch.) confirma in Istoria plantelor descoperirile lui Dioscorides. Dar merge si mai departe, aratand ca Aloe vera ar putea ameliora multe boli si, asemeni, ar putea reduce transpiratia (sa fie oare Aloe vera primul deodorant?). El recomanda combinarea gelului din frunzele de aloe cu miere si ulei de trandafir pentru contracararea gustului amar, dar si pentru ca existau dubii ca planta singura ar constitui un remediu eficace.
In Evul Mediu si in timpul Renasterii, utilizarea terapeutica a plantei Aloe vera a devenit cunoscuta si in nordul Europei. Deoarece crestea in climatul cald, europenii din Nord nu auzisera nimic despre ea, pe cand in Spania, in Portugalia si in Italia, unde era din abundenta, oamenii o cunosteau si ii acordau o deosebita consideratie.
Informatiile despre aceasta planta miraculoasa s-au transmis oral de-a lungul generatiilor. Acolo unde crestea, Aloe vera a fost totdeauna respectata pentru virtutiile sale medicinale si pentru puterile extraordinare de vindecare. Preotii o includeau in numeroase rituri religioase si medicii regilor erau convinsi ca avea puteri terapeutice pentru un larg eventai de boli. Devenise un soi de remediu traditional pentru numeroase afectiuni, fie in stare bruta (frunzele), fie preparata prin fierbere sau prin deshidratare, pentru a fi administrata pe cale orala.
In secolul al XV-lea, Aloe vera a fost redescoperita in Spania de catre preotii iezuiti care, in calitate de medici si literati, aveau acces la textele grecesti si latine ce descriau proprietatile si puterile acestei plante. In timpul campaniilor de explorare, ei utilizau planta daca o gaseau la fata locului sau o cultivau pentru a o avea tot timpul la indemana. Astfel a ajuns cunoscuta in diferite zone ale continentului american, acolo unde iezuitii isi desfasurau misiunile religioase dupa infrangerea indienilor indigeni de catre conchistadori. Lor li se atribuie extinderea cultivarii si a utilizarii plantei de-a lungul intregii Americi Latine, in Mexic si in Texas.
In secole care au urmat, aloe a fost mentionata doar cu ocazia unor referiri medicale la Aloe vulgaris. In Europa de Nord era utilizata numai ca purgativ atunci cand se impunea o medicatie energetica si eficace. Aceasta faima, mai degraba indoielnica decat demna de incredere, s-a prelungit mai mult timp, astfel ca exista pana in zilele noastre persoane care considera riscant sa bea aloe. O asemenea opinie se bazeaza insa pe ignorarea calitatii si a puritati produselor disponibile astazi. Reputatia plantei a fost afectata si de faptul ca in regiunile cu climat temperat ea nu se gasea la indemana si frunzele sale proaspete nu puteau fi folosite, astfel incat proprietatile sale

de exceptie erau practic imposibil de verificat. Asa ca, odata cu trecerea anilor, oamenii din partea aceasta a lumii au ajuns la concluzia ca uluitoarele capacitati de vindecare ale plantei tin mai mult de folclor si de mitologie decat de realitatea concreta.
Desi in climatul cald, unde crestea din abundenta, Aloe vera a fost utilizata mereu pentru ingrijirea tenului si pentru tratarea unei palete complexe de afectiuni interne si externe, in America de Nord si Europa a fost eclipsata de progresul medicinii moderne si de dezvoltarea industriei medicamentelor de sinteza, precum si de descoperirea ca, odata oxidat, gelul extras din frunze sufera o diminuare considerabila a proprietatilor sale medicale si terapeutice.
Aloe a ajuns literalmente sub microscopul stiintei in 1930. Pe atunci tehnologia cu raza X era abia la inceput si nu oferea garantii de succes, iar pacientii sufereau de arsurile radiatiilor si de ulceratii care nu raspundeau la medicatia conventionala. De altfel, nici pana in prezent nu s-a descoperit vreun medicament care sa aiba efect in asemenea situatii. Dar Aloe vera a inceput sa fie utilizata si s-a observat ca este cea mai eficienta. Primele experimente si studii moderne au debutat in 1935, cand C.E.Collins si fiul sau, Creston, au tratat arsuri provocate de razele X cu o asa numita "planta de prim-ajutor". Ei au descoperit ca ranile se videca mai repede si cicatricile sunt mai putin vizibile cand se aplica gel de aloe, decat atunci cand se foloseste un alt tratament.
Intre 1937 si 1939, J.E. Crew a utilizat frunze proaspete de Aloe vera si mai tarziu creme farmaceutice pentru a trata eczemele, ulceratiile, arsurile provocate de soare si degeraturile. Astfel a descoperit ca aloe reduce durerea, grabeste cicatrizarea si indeparteaza infectia. Cercetatorii care au continuat studiile initiate de Collins si Crew pentru identificarea efectelor curative ale plantei au botezat principiile ei active cu numele de "hormon vindecator al ranilor" si "stimulator biologic". Primul test pentru tratarea arsurilor de gradul III provocate de radiatii a fost realizat de sobolani. Echipa de cercetatori a fost condusa de profesorul Tom Rowl de la Colegiul Medical din Virginia. Rowl a utilizat diferite preparate cu gel proaspat sau partial descompus, frunza proaspata sau extract de frunza uscata si alifii din Aloe vera uscata. Studiile au evidentiat ca puterea vindecatoare este concentrata in frunza si in gel, dar cremele preparate din frunze nu au fost considerate eficiente, deoarece gelul din interiorul lor se oxida rapid, iar lipsa unei tehnici de stabilizare le afecta proprietatile terapeutice.
Datorita descoperirilor care nu au condus la concluzii clare, interesul pentru utilizarea aloei a scazut pana in 1959, cand Comisia pentru Energia Atomica a inceput cercetarile in vederea producerii unei alifii din aloe si i-a testat efectele in caz de arsuri. Examinarea supravietuitorilor de la Hiroshima si Nagasaki tratati astfel a dezvaluit o vindecare aparent

inexplicabila, refacerea tesuturilor, reducerea durerii si a timpului de cicatrizare, acolo unde alte metode terapeutice dadusera gres.
Totusi, un aspect parea inca de nerezolvat: oxidarea. Resuscitarea speciei Aloe vera presupunea deci inventarea unei tehnici de stabilizare a gelului pentru a fi utilizat oriunde in lume ca produs garantat si binefacator. S-au testat diferite procedee. Dar toate foloseau pielita frunzelor si unele dintre ele apelau la procedee termice care antrenau degradarea proprietatilor curative sau distrugerea cea mai mare parte dintre elementele nutritive continute in gel.
Incepand cu anii '70, oamenii de stiinta au gasit o modalitate eficienta de a separa substanta activa, aloina, de scoarta. Ei au reusit sa stabilizeze gelul scos din planta astfel incat sa ramana proaspat. Din acel moment a inceput o noua epoca Aloe vera.

Capitolul 2

O FARMACIE INTR-O PLANTA

Exista in lume peste doua sute cincizeci de specii de aloe, insa doar trei-patru dintre ele au proprietati semnificative din punct de vedere medical si de intretinere. Cel mai puternic potential de vitamine, minerale, aminoacizi si enzime este detinut de Aloe Barbadensis Miller, numita comun Aloe vera. Numele sau latinesc se traduce prin "adevarata aloe" si i-a fost probabil acordat, deoarece este cea mai raspandita si celebra. Inca din timpurile stravechi a fost considerata cea mai folositoare din punct de vedere terapeutic.
Cuvantul aloe este derivat din termenul arab alloeh care inseamna "substanta stralucitoare si amara" – o descriere potrivita doar pentru una din substantele pe care le contin frunzele acestei plante. Imediat sub suprafata interioara a pielitei frunzei, in incretiturile tesutului ce o captuseste, se gaseste latexul sau seva galbena. Amara la gust, ea irita buzele si impreuna cu tepii de pe margine are rolul de a descuraja animalele si insectele care vor sa atace planta. Latexul uscat si transformat in pulbere a fost utilizat in trecut ca laxativ. Arabii par sa fie printre primii care l-au folosit in secolul al IV-lea i.Ch. Mai tarziu, planta a fost crescuta si recoltata pentru seva sa galbena in Caraibe, in insula Barbados. Descoperitorul sau, biologul Miller, s-a inselat, crezand in mod eronat ca este originara din insula si i-a adaugat la numele de Aloe vera pe acela de barbadensis.
Astazi planta creste in India, China, America Centrala, America de Sud, Caraibe, Spania, Mexic. In America de Nord, cele mai intinse culturi se afla in Texas si in Florida. Temperaturile tropicale si subtropicale sunt exact ceea ce ii trebuie plantei Aloe vera, indragostita de cele mai secetoase si mai toride zone ale lumii. Frunzele sale groase, tepoase pe margine si variind de la cenusiu la verde deschis, par cartea de vizita a unui cactus, desi aloe face parte din familia Liliaceae, asemeni cepei, usturoiului si lalelei. Aceasta inrudire devine evidenta in momentul infloririi, primavara sau toamna, cand in varful unei tije ce se iveste din mijlocul plantei, apare o succesiune de flori tubulare galbene, stralucitoare, asemanatoare crinului. Frunzele lungi si tari, in forma de sabie, cresc la fel ca la varza; mai late la baza, se subtiaza spre varf, iar cele situate la exterior pot sa atinga la maturitate de la 60 la 90 cm inaltime si sa cantareasca 1,5-2 kg fiecare. Frunzele mai mari, de la exterior, le protejeaza pe cele mai tinere din centru.
Aloe vera apartine clasei botanice a Xerophitelor, numite asa deoarece au proprietatea de a-si inchide stomatele (deschizaturi mici si foarte fine in

epiderma frunzei), ca sa-ai mentina apa in interior. Aceasta proprietate permite plantei sa supravietuiasca in perioade lungi de seceta si in acelasi timp sa obtureze aproape instantaneu orice rana ii apare pe epiderma, oprind astfel scurgerea pretioasei substante pe care o contin frunzele. Probabil ca tocmai aceasta putere a plantei aloe de a se vindeca pe sine insasi i-a facut pe antici sa-i intuiasca utilizarile curative.
Conform profesorului Bill McAnnaley, vicepresedinte al Laboratorului Carrington din Dallas, cand Aloe vera este dezradacinata, frunzele mari din exterior mor apa din ele trece spre centrul plantei pentru a forma frunze noi. De aceea, chiar si dupa sapte ani de seceta poate da lastari. De altfel, planta seamana cu un mamifer daca luam in considerare puterea sa de adaptare. Chiar daca este smulsa din radacini, poate supravietui ani in sir din resursele interne de apa, compusi chimici si enzime. Si tocmai acestui amestec specific de compusi i se datoreaza forta speciei aloe de a se vindeca un numar foarte mare de afectiuni.
Plantele sunt aprovizionate cu nutrienti din sol prin radacini. Dar la Aloe vera nu acestea reprezinta principalul depozit de hrana si apa, ci gelul din interiorul frunzelor, care actioneaza ca un fel de sange, bogat in substante hranitoare si umiditate.
Cand este cultivata in scopuri de comercializare, planta trebuie sa aiba trei sau patru ani inainte de a fi recoltata, deoarece acesta este timpul necesar gelului continut in frunze pentru a ajunge la cel mai inalt grad de concentratie in substante active. Toate etapele culturii si ale recoltarii trebuie realizate manual, pentru a se evita ranirea frunzelor si expunerea gelului la aer si lumina, caci s-ar oxida si ar pierde din virtutile sale nutritive si terapeutice.
Desi forurile medicale nu-l atesta ca medicament, gelul de aloe a fost folosit secole de-a randul pentru a vindeca arsuri, taieturi si iritatii, pentru a catifela si hidrata tenul. Oamenii au obtinut rezultate spectaculoase prin aplicarea sa locala. In plus, multe tratamente traditionale utilizeaza Aloe vera sub forma de crema pentru a vindeca rani grave, degeraturi si arsuri. Stomatologii folosesc gelul de aloe pentru a reduce inflamarea si sangerarea gingiilor, pentru tratamentul paradontozei si cicatrizarea rapida dupa interventii dentare. Antrenorii sportivilor de performanta apeleaza la aceasta planta pentru dureri musculare, luxatii si rani capatate in timpul pregatirilor. Oftalmologii au descoperit ca produsele din aloe sunt benefice in ameliorarea cataractei, a conjunctivitei si a hipermetropiei, iar cosmeticienii s-au bazat pe ea in tratarea cu succes a celor mai dificile forme de acnee. De altfel, companiile de cosmetice o adauga in compozitia cremelor, a sapunurilor si a sampoanelor, nu doar pentru efectele sale remarcabile, ci si pentru impactul de marketing pe care il au asupra cumparatorilor etichetele care o mentioneaza.

Exista un numar impresionant de marturii care certifica rezultatele binefacatoare ale gelului de aloe consumat intern asupra ulcerului, artritei, diabetului, afectiunilor grave ale ficatului, bolilor cardiovasculare, astmului bronsic, insomniei, migrenelor si a altor serioase probleme de sanatate.
O credinta larg raspandita in puterea curativa a gelului a facut ca Aloe vera sa primeasca denumiri ca "bagheta magica", "planta medicament", "planta atotvindecatoare", "planta miraculoasa", "binecuvantarea raiului", "planta de prim-ajutor", "medicul atotputernic", "planta vietii". Intr-adevar, legendele despre proprietatile sale vindecatoare i-au sporit de-a lungul secolelor popularitatea. Dar in timp ce unii considera folclorul lipsit de credibilitate, altii consimt ca legendele care insotesc Aloe vera de secole i-au adus o faima binemeritata si nu trebuie ignorate.
"Medicina populara este, de fapt, testul timpului", sustine Robert Trotter, medic si antropolog la Universitatea Arizona de Nord. "Studiul folclorului este pentru oamenii de stiinta o sansa de a descoperi noi medicamente. Daca o planta a fost folosita pentru aceleasi afectiuni de civilizatii diferite, care nu au avut nici o posibilitate de contact intre ele, inseamna ca este un remediu eficient. Aceasta este situatia cu Aloe vera."
Multe dintre terapiile naturale traditionale care au rezistat in timp sunt inca folositoare. Aloe vera este utilizata si in prezent pentru ca oamenii cred in eficacitatea ei si sunt satisfacuti de rezultatele pe care le-au obtinut.
Capacitatea plantei de a trata o serie de boli nu tine insa doar de credinta adanc inradacinata in traditia populara. Ea are, intr-adever, o compozitie biochimica de exceptie. Lista de vitamine, minerale, enzime si aminoacizi continuti in gelul din frunze seamana cu un dictionar de nutritie, iar planta este considerata o adevarata colectie de compusi nutritivi. Pana in prezent, oamenii de stiinta au identificat peste optzeci dintre acestia si continua sa studieze planta pentru a-i patrunde toate secretele. Dar, pentru moment, se presupune ca proprietatile sale "magice" se datoreaza unui efect sinergic pe care il au toti acesti compusi nutritivi, ce actioneaza impreuna ca o echipa redutabila.
Profesorul Winters de la Universitatea din Texas afirma ca "avem de-a face cu o adevarata farmacie intr-o planta". Datorita acestor proprietati vindecatoare, multi dintre cei care au folosit pentru sanatate produsele pe baza de aloe au facut declaratii entuziaste despre binefacerile de care s-au bucurat.
Multi bolnavi afectati de artrita sustin ca si-au redobandit mobilitatea si au inregistrat o diminuare a durerilor la scurt timp dupa ce au inceput sa bea gel de Aloe vera. S-au remarcat efectele pozitive ale gelului in tratarea migrenelor, a psoriazisului, a calvitiei si chiar in ulcere crurale si cancer.
"Prima data cand auzi astfel de lucruri, nu le dai prea mare importanta, deoarece exista multa subiectivitate cand este vorba de sanatate", considera Clinton Howard, fondator al Laboratoarelor Carrington care efectueaza

cercetari stiintifice asupra continutului biochimic al plantei aloe. "Dar cand primesti astfel de declaratii de sute de ori, incepi sa te intrebi daca nu cumva sunt adevarate."
Bill Coats, farmacist de formatie, si-a vandut cele cinci farmacii penru a dezvolta o intreaga gama de produse din Aloe vera, dupa ce a primit patentul pentru primul proces de stabilizare a pretiosului gel. Astfel a deschis un capitol aparte in istoria fascinanta a plantei.
Descoperita in 1968, formula se bazeaza exclusiv pe substante si extracte naturale care conserva proprietatile benefice ale gelului de aloe. Autor al cartii Vindecatorul tacut, un studiu modern asupra plantei Aloe vera, Coats a colaborat indeaproape cu stomatologi, dermatologi, antrenori de sport si veterinari pentru a determina efectele produselor pe baza de aloe. "Singurii sceptici pe care i-am intalnit sunt oamenii care nu au folosit nici un produs stabilizat din aceasta planta", spune Coats. "Daca o persoana cu ulcer dureros simte alinare dupa cincisprezece-douazeci de minute de la consumarea gelulu de aloe, nu se mai poate indoi de efectele sale. Farmaciile ii ajuta pe oameni, dar puterea lor este limitata. Binele pe care il poate face Aloe vera este nelimitat."

Capitolul 3

MISTERUL DIN CULISELE BIOCHIMICE

Cum a reusit oare o planta a carei utilizare dateaza de mii de ani sa reziste in competitia cu medicamentele moderne care trateaza orice? De ce se investesc milioane de dolari pentru identificarea proprietatilor Aloei vera? Ce contine aceasta planta neobisnuita, atat de eficienta in cosmetica si in terapiile naturale?
Desi i s-a acordat in ultimile doua-trei decenii o atentie sustinuta, laudele care i se aduc au trezit o nota de scepticims. Cei care nu au folosit-o sunt neincrezatori si de aceea vor sa aiba dovezi stiintifice, iar cei care au beneficiat de efectele sale impresionante, vor sa stie cum a fost cu putinta vindecarea. Savanti, medici, producatori de Aloe vera urmaresc sa dezlege misterul din spatele mecanismului sau biochimic.
O parte dintre capacitatile terapeutice ale plantei poate fi atribuita continutului ridicat de apa. Gelul din interiorul pulpei carnoase a frunzelor contine aproximativ 96% apa. Cand Aloe vera se aplica pe un tesut ranit, de pilda, apa este condusa catre locul afectat, fara a bloca patrunderea aerului necesar vindecarii. Pe langa apa, gelul contine cel putin optzeci de substante identificate pana in prezent. Studiile intreprinse la Universitatea din Chicago de Martin C. Robson, John P. Heggers si Wiliam Hogstrom au evidentiat in planta si substante anorganice ca sodiu, potasiu, calciu, clor, fosfor precum si compusi organici ca glucoza, proteine, colesterol, trigliceride, acid salicilic, magneziu si zinc. Totusi, acestia sunt doar o parte a componentilor care produc efecte surprinzatoare.
In prezent exista controverse in domeniul statisticilor care se refera la procentajul substantelor din continutul plantei. Dar si in legatura cu sursa antrachinonelor din Aloe vera sunt pareri diferite. Unii sustin ca se gasesc in latexul purgativ de sub suprafata interioara a pielitei frunzei, altii le-au identificat in gel, considerand ca si lor li sedatoreaza proprietatile antiinflamatorii si calmante.
Conform afirmatiilor lui Bill Wolfe, un dentist care utilizeaza produse pe baza de Aloe vera pentru a reduce umflaturile si durerile iminente dupa extractiile stomatologice, antrachinonele din planta au un efect usor anestezic, producand amortirea zonei care se vindeca.
De asemenea, gelul de aloe are anumite efecte terapeutice particulare: ucide bacterii, ciuperci si virusi, dilata capilarele (ceea ce determina cresterea irigarii cu sange in zonele unde este aplicat), patrunde tesuturile ranite, grabeste si usureaza cicatrizarea. In plus, unul dintre rolurile cele mai importante pe care Aloe vera le joaca in mentinerea sanatatii pielii sau in

vindecarea acesteia este cel de caraus al altor substante catre diferitele ei straturi.
"Imaginati-va ca Aloe vera este ca un vagonet de marfa incarcat", spune Elizabeth Burdick, biochimist si dermatolog. "Cand o combinam cu alti compusi pentru ingrijirea pielii, ea stocheaza apa, aminoacizii, vitaminele, mineralele si nutrientii prezenti in aceste substante si le transporta catre toate straturile tegumentului." Se stie ca apa trece prin doua straturi, cele mai bune creme prin patru si gelul de aloe prin toate cele sapte straturi ale pielii, penetrand chiar si fascia care imbraca tesutul muscular. Aceasta proprietate ii confera plantei o putere exceptionala de actiune in situatii in care alte tratamente si-au recunoscut neputinta.
Totusi, nu s-a descifrat inca strategia substantelor care i-au adus gelului de aloe celebritatea. Elizabeth Burdick aminteste doua dintre posibilele explicatii. O teorie sustine ca, atunci cand se aplica pe pielegelul de aloe, compusii pe care ii contine stimuleaza rapid puterea de regenerare a celulelor. O alta ipoteza afirma ca in extractul de Aloe vera se afla enzime care produc schimbari la nivelul pielii si tocmai de aceea determina vindecarea.
Doctorul Wendell Winters a aplicat gel proaspat de Aloe vera pe o cultura de tesut uman care suferise leziuni pentru a urmari cum se reface. Studiul a confirmat faptul ca tratamentul in cauza intensifica procesul de vindecare si ritmul de crestere a noilor celule produse de organism. "In urma testelor am ales acel complex regenerator al pielii si acum testez diversele situatii si modul cum actioneaza Aloe vera asupra corpului uman si animal", declara doctor Winters. "Facem asta pentru a obtine o baza de date stiintifice riguros alcatuita". Profesorul Bill McAnalley, vicepresedinte al Laboratoarelor Carrington, completeaza: "Aloe vera mareste viteza de regenerare stimuland fibroblastele, celule cu rol de regenerare."
Desi oamenii de stiinta au patruns fascinati in culisele biochimice ale plantei, modul de actiune al acestor compusi nu a fost inca descifrat. Descompunerea si identificarea substantelor active din gelul de aloe este foarte dificila, chiar si cu dotari de laborator ultramoderne. Savantii spera totusi sa afle cum devine posibila vindecarea, fie ca este vorba de ulcer, de acnee sau de orice tip de dereglare la nivel celular. Dar oricare ar fi compusul care actioneaza in Aloe vera, acesta este intr-o cantitate mica. De aceea ramane cu atat mai incitant secretul eficientei sale. Bill Coats crede ca tocmai actiunea sinergica a constituientilor din gel face ca planta sa aiba rezultate remarcabile in atat de numeroase si de diverse situatii. "Cantitatile de aminoacizi, vitamine, enzime, antrachinone si ale altor componente din Aloe vera sunt mici si nu pot produce singure efectul dorit", spune farmacistul Coats, "dar cand sunt impreuna actioneaza eficient si ajuta corpul sa se vindece. Probabil ca se poate identifica un component care ucide bacteriile, altul care ucide ciupercile, dar nu cred sa existe un

ingredient care este responsabil de intreaga performanta vindecatoare a plantei aloe."
Doctorul Wolfe, care a experimentat posibilitatile multiple in domeniul stomatologiei, concluzioneaza: "Aloe vera se afla langa noi de mii de ani, dar suntem la inceputurile utilizarii ei in medicina si ceea ce am obtinut este inca putin fata de ceea ce poate oferi aceasta planta."

Capitolul 4

VITAMINE, MINERALE...
FORTA MAGICA A ECHIPEI

Oricine incepe sa afle mai multe despre Aloe vera se intreaba ce constituienti ai gelului conduc la efecte atat de puternice intr-o multime de afectiuni. Raspunsul, care se refera la tot felul de vitamine, aminoacizi si alte componente, nu ne va fi de un real folos pentru ca, desi acesti termeni sunt cunoscuti, putini oameni fara studii medicale stiu ce sunt, de fapt, toate acestea, ce fac sau cum ne ajuta.

1. VITAMINELE A, B1, B2, B3, B6, B9, B12, C, E

Vitaminele sunt elemente indispensabile unei bune functionari a organismului; spre deosebire de celelalte substante nutritive, sunt necesare in doze mici si nu constituie surse de energie, dar au rolul de a inlesni procesele nutritive si metabolice din organism. Vitaminele intervin in procesele de similare, maresc capacitatea de lucru si rezistenta organismului la inbolnaviri, ajuta la cresterea si inmultirea celulelor. Pentru ca nu pot fi produse propriu-zis de corp, o parte din vitamine se formeaza in organism din provitamine – provitamina D, spre exemplu, se transforma la soare in vitamina D, altele iau nastere prin procese de asimilatie, iar cea mai mare parte este primita din alimente de natura vegetala (fructe si legume).
Vitaminele sunt adevarate substante de viata lunga care permit organismului sa reziste in fata maladiilor si sa se pastreze mereu in forma. Lipsa sau chiar insuficienta vitaminelor in alimentatie se reflecta nagativ asupra starii de sanatate. Dar nu trebuie sa asteptam un sprijin eficient de la vitaminele fabricate pe cale chimica; desi au parte de reclama insistenta si provin din cele mai vestite laboratoare farmaceutice, nu pot egala beneficiile vitaminelor naturale. Va puteti imagina un copac in care sa creasca pastile? In tabletele cu vitamine sunt doar fractiuni din structura originara a vitaminei, care, izolate cu ajutorul procedeelor chimice, pot deveni chiar periculoase pentru corp, al carui scop este sa elimine toxinele, nu sa le produca.

CUM ACTIONEAZA VITAMINELE?

VITAMINA A – este esentiala pentru ca ochiul sa aiba acuitate vizuala si noaptea. Deficitul de vitamina A conduce la o vedere foarte slaba pe intuneric, o dantura defectuasa si probleme ale pielii. Cand este prezenta in

alimentatie, apara celulele de radicalii liberi, este benefica pentru oase, previne aparitia anemiei, mentine integritatea tesuturilor, a parului si a unghiilor.

VITAMINA B – reprezinta, de fapt, un grup de vitamine care au o trasatura comuna: toate sunt solubile in apa. Insuficienta complexului B conduce la afte, lupus, denutritie, tulburari ale ficatului si ale tubului digestiv, tulburari nervoase si psihice etc. Aportul normal de vitamina B amelioreaza echilibrul digestiv, pigmentarea normala a pielii sia unghiilor, combate maladia beri-beri.

VITAMINA B1 (tiamina) – este esentiala pentru cresterea si regenerarea tesuturilor, pentru functionarea sistemului cardiac si gastrointestinal. Deficitul de vitamina B1 conduce la iritabilitate, pierderi de energie si anorexie.

VITAMINA B2 (riboflavina) – ajuta la intretinerea sanatatii pielii si a membranei tisulare: impreuna cu vitamina B6 favorizeaza producerea celulelor sanguine si are efect binefacator in stari carentiale.

VITAMINA B3 (niacina) – favorizeaza detoxifierea si reglarea metabolismului.

VITAMINA B6 (piridoxina) – pe langa proprietatile vitaminei B3, favorizeaza cresterea.

VITAMINA B9 (acid folic) – are rol important in tratarea anemiilor, in producerea globulelor rosii si in formarea hemoglobinei.

VITAMINA B12 (cianocobalamina) – prezenta frecvent in carne si in produsele animale, este foarte rara in cazul plantelor, de aceea se bucura de o atentie deosebita din partea vegetarienilor. Insuficienta vitaminei B12 poate conduce la anemie si tulburari neuropatologice (disfunctie a nervilor care produce amorteala si slabiciune). B12 este indispensabila in functionarea celulei nervoase, in hematopoeza, in metabolismul intermediar. Se foloseste, de asemenea, in combinatie cu alte vitamine in caz de tulburari premenstruale si depresii asociate.

VITAMINA C (acid ascorbic) – in zilele noastre este in mod obisnuit folosita pentru prevenirea racelii si a gripei. Lipsa vitamienei C provoaca celulita, caderea dintilor, hemoragii diverse, insuficienta glandelor suprarenale, reumatism, slabiciune musculara, scorbut. Aportul normal de vitamina C fortifica gingiile si normalizeaza activitatea gladelor

suprarenale. In acelasi timp combate infectiile prin stimularea sistemului imunitar, este stabilizator al membranei celulare, are rol important in metabolismul intermediar si in procesul de cicatrizare.

VITAMINA E (tocoferol) – impreuna cu vitamina C este stabilizator al membranei celulare si ajuta la combaterea si la vindecarea infectiilor. De asemenea, actioneaza ca antioxidant, protejand acizii grasi nesaturati. Insuficienta vitaminei E provoaca anumite eczeme, deficienta glandelor sexuale, impotenta si sterilitate. Cand este prezeta in alimentatie, ajuta la combaterea infectiilor si a bolilor respitarorii.

2. MINERALE: CALCIU, CROM, CUPRU, MAGNEZIU, MANGAN, ZINC, POTASIU...

Corpul uman are nevoie de aproximativ douazeci de saruri minerale, toate derivate din alimentatie. Mineralele sunt indispensabile pentru trei functii principale:
a) constituienti ai oaselor (in special calciu, fosfor si magneziu);
b) constituienti ai celulelor organismului (in special fier, fosfor, sulf, potasiu);
c) ca saruri solubile care sustin echilibrul si stabilitatea esentiala pentru viata in cazul fluidelor din corp (mai ales sodiu, clor, calciu si potasiu). Mineralele sunt absolut necesare bunei functionari a organismului omenesc si par sa actioneze prin simpla lor prezenta, u prin cantitate. S-au dovedit indispensabile echilibrului fiziologic, de aceea orice carenta se soldeaza cu manifestari patologice mai mult sau mai putin serioase. Nivelul inalt de colesterol a fost asociat deficientelor de cupru, mangan, vanadiu si crom. Tensiunea arteriala poate fi crescuta datorita deficientei de magneziu, de potasiu sau calciu. Cromul, zincul si manganul sunt necesare pentru metabolismul glucozei. Riscul de cancer e mai mare daca lipseste necesarul de seleniu si de zinc, iar osteoporoza se instaleaza cand aportul de calciu este prea mic.

CALCIUL – este cel mai abundent mineral din organism si material principal al oaselor si al dintilor. Calciul regleaza fluidele din organism si sustine comunicarea cu sistemul nervos, permitand raspunsul optim al muschilor la stimularea nervoasa. Joaca, de asemenea, un rol cheie in coagularea sangelui (cand exista o taietura sau ranire). Deficienta de calciu produce rahitism si intarzie cresterea si dezvoltarea in copilarie.

CROM – inlesneste activitatea enzimelor si reduce acizii grasi, facilitand reglarea procentului de zahar din sange, metabolismul glucozei si buna functionare a sistemului circulator.

CUPRU – are rol in metabolismul celular si in formarea sangelui.

MAGNEZIU – joaca un rol vital in metabolismul organismului, sprijina functionarea sistemului muscular si nervos. Lipsa sa conduce la convulsii si chiar la moarte.

MANGAN – la fel ca si in cazul magneziului, carenta sa este usor de remarcat, deoarece intarzie cresterea si produce sterilitate si tulburari nervoase. Manganul se regaseste in activitatea aminoacizilor si este implicat in procesul de extragere a energiei din hrana.

FOSFOR – ajuta la cresterea oaselor si a dintilor.

POTASIU – domeniul sau de actiune se afla in celulele muschilor si in plasma (fluid component al sangelui); sprijina actiunea muschilor si retentia apei.

FIER – componenta esentiala a hemoglobinei, conduce oxigenul pana la globulele rosii, favorizeaza rezistenta la infectii.

ZINC – stimuleaza sistemul imunitar si activitatea proteinelor de cicatrizare. Lipsa zincului produce anemie.

COLINA – compus al lecitinei, necesar metabolismului.

CLORURA DE SODIU – esentiala pentru a asigura un mediu alcalin necesar functionarii enzimelor digestive si in schimbul normal apa-saruri (este dificil de pastrat un echilibru normal al apei in organism). Impreuna cu potasiul poate fi supranumit reglatorul corpului.

3. MONO SI POLIZAHARIDELE

GLUCIDELE (zaharuri sau hidrati de carbon) – au un rol deosebit in alimentatie, fiind o sursa foarte importanta de energie. Participa la metabolizarea lipidelor si a proteinelor, iar cand sunt introduse in corp intr-o cantitate mai mare decat cea necesara, sunt transformate in grasimi care se depun in tesutul adipos. Zaharurile sunt de trei feluri: monozaharide, dizaharide si polizaharide.
Polizaharidele cu lant lung din Aloe vera sunt considerate elemente esentiale pentru proprietatile de exceptie ale plantei, pentru puterea sa aparent miraculoasa de vindecare. Concentratia in polizaharide se pare ce

este in legatura directa cu efectele benefice ale produselor din aloe, utilizate fie pe cale interna, fie externa.
Acestea sunt:
- celuloza, glucoza, manoza si aldopentoza;
- auxina, giberelina – efect antiinflamator, stimuleaza refacerea tesuturilor;
- acidul acetil salicilic – componenta tip aspirina, efect analgezic.

4. PROTEINELE

Numite si PROTIDE, sunt necesare pentru cresterea si regenerarea celulelor lezate. Ele constituie caramizile din care este alcatuit corpul nostru si ajuta la formarea hormonilor, a enzimelor si a anticorpilor care lupta impotriva infectiilor. La fel ca si zaharurile, proteinele constituie o importanta sursa de energie. Unitatea lor de baza sunt aminoacizii. Ansambluri organizate de proteine, acizii aminati influenteaza toate functiile cerebrale, inclusiv pe cele de ordin emotional. Au rol de catalizatori, mai ales in cadrul hidrolizei, regleaza echilibrul termic si contribuie la reglarea tisulara. Organismul uman contine douazeci si doi de aminoacizi, dintre care opt sunt esentiali pentru viata. Organismul nu ii poate sintetiza, deci trebuie furnizati de hrana pe care o consumam. Sapte din cei opt aminoacizi esentiali sunt prezenti in Aloe vera, tot asa cum unsprezece din cei paisprezece aminoacizi neesentiali (de rang secund) se produc in oranism gratie plantei.

AMINOACIZII ESENTIALI: izoleucina, leucina, lizina, metionina, fenilalanina, treonina, valina; au rol in asimilarea proteinelor, in activitatea pancreasului, a ficatului, a splinei, ajuta la reinnoirea celulelor sanguine, la prevenirea anemiei, formarea muschilor, tratarea insomniei si a starilor depresive, la digestie, la rezistenta in fata bolii.

AMINOACIZII NEESENTIALI: acidul aspartic, acidul glutamic, alanina, arginina, cistina, glicina, histidina, hidroxiprolina, prolina, trozina, serina.

5. ENZMELE

Sunt catalizatori pentru reactiile chimice de sinteza si de degradare care se produc intre doua sau mai multe substante. In absenta enzimelor (in prezent au fost recunoscute aproximativ o mie) reactiile chimice ale digestiei, de pilda, nu s-ar putea realiza. Fiecare enzima actioneaza intr-o maniera specifica pe o materie data, numita substrat. Secretiile enzimatice depind de alimentele pe care le consumam.Glandele specializate reactioneaza la stimulii inregistrati de creier si emit enzime specifice fiecarui aliment ingerat.

AMILAZA – catalizeaza hidroliza amidonului in dextroza si maltoza;
BRADICHINAZA – analgezic, antiinflamator, stimulator al sistemului imunitar;
CATALAZA – impiedica acumularea superoxidului de hidrogen in tesuturi, evita acumularea apei in organism;
CELULAZA – rol in degradarea celulozei;
CREATINFOSFOCHINAZA – rol in activitatea musculara;
LIPAZA – rol in degradarea acizilor grasi;
NUCLEOTIDAZA – accelereaza hidroliza nucleotidelor in nucleozide;
FOSFATAZA ALCALINA – regleaza functionarea ficatului;
PROTEAZA – rol in hidroliza proteinelor.

6. STEROLII

Aloe vera contine cel putin trei acizi grasi cu efect antiinflamator: colesterina, campestrina si betasitosterina – sterine de origine vegetala. Aceste componente explica rezultatele deosebite ale aloei in arsuri, plagi taiate, escoriatii, reactii alergice, reumatisme, artrite acute si cronice, ulcer gastroduodenal, alte inflamatii ale sistemului digestiv si ale celorlalte organe interne: stomac, intestinul subtire si gros, rinichi si pancreas. Betasitosterina este un puternic agent anticolesterolemiant. Lupeolul are efect antiseptic si analgezic.

7. SAPONINELE

Substante vegetale care in contact cu apa formeaza spuma. Sunt folosite ca "detergenti" si emulsificatori. Au calitati naturale antiseptice si depurative.

8. LIGNINELE

Substante organice complexe care se gasesc de obicei in tesuturile plantelor lemnoase, dandu-le impermeabilitate si rigiditate. Lignina penetreaza cu usurinta pielea, insa nimeni nu stie cum se desfasoara cu adevarat acest proces.

9. ANTRACHINONELE

Sunt prezente in numar de paisprezece in componenta speciei Aloe vera. Au proprietati antivirotice, antivirale, antibacteriale si antiinflamatorii. De asemenea, stimuleaza activitatea intestinala, regenereaza tesuturile afectate si anesteziaza durerea.

ALOIN – antibiotic si purificator;
IZOBARBALIN – analgezic si antibiotic;
ANTRANOL – antiseptic;
ANTRACEN – purgativ si laxativ;
ACID ALOETIC – antibiotic;
ALOE EMODINA – bactericid si laxativ;
ACID CINAMIC – germicid (distruge germenii daunatori) si fungicid (combate ciupercile);
ESTER AL ACIDULUI CINAMIC – analgezic si anestezic;
ULEI ESENTIAL – trancilizant;
ACID CRISOFANIC – fungicid.

Capitolul 5

REZULTATE EXCEPTIONALE UNDE MEDICAMENTELE ESUEAZA

La prima vedere, proprietatile curative ale plantei aloe par de necrezut. Seamana putin cu lecturarea la intamplare a unui catalog cu pretentii de tot felul emise de un entuziasm mincinos, care vinde ulei de sarpe. Multi se intreaba cum este posibil ca o singura planta sa ofere o gama atat de larga de efecte benefice.
Cum este cu putinta ca aceeasi Aloe vera sa fie unul dintre agentii detoxifianti cei mai eficace, o sursa foarte bogata de substante nutritive, un puternic stimulent al sistemului imunitar, un antiinflamator spectaculos, un analgezic, un accelerator al cicatrizarii tesuturilor, un antiseptic, un ajutor pentru digestie – si toate acestea simultan?
Dupa ce Bruce Hedendal, specialist american de marca de la Centrul de osteopraxie si nutritie Hedendal, cheia puterii produselor pe baza de aloe rezida in faptul ca sunt o sursa bogata in mucopolizaharide (zaharuri cu lant lung MPS), la fel de vitale pentru organism precum caramizile pentru o constructie. Acesti hidrati de carbon se gasesc in mod normal in toate celulele corpului uman, caci ni le-am format inca din cursul primilor zece ani de viata. Prin urmare, dupa ce depasim aceasta varsta, trebuie sa ne conectam la surse exterioare, iar in aceasta privinta putine plante sunt la fel de bogate ca Aloe vera.
Asadar, ce fac mucopolizaharidele? Bruce Hedendal considera ca rolul lor in indeplinirea functiilor organismului este crucial, deoarece formeaza o dublura de-a lungul colonului pentru a preintampina reintrarea deseurilor in corp. Asigura in fiecare celula o bariera impotriva invaziilor microbilor (in special impotriva virusurilor). Asigura lubrefierea incheieturilor. Permit transferul gazelor din plamani. Ajuta la mentinerea capacitatii de miscare a fluidelor in corp. Faciliteaza absorbtia apei, a electrolitilor si nutritia in tractul gastrointestinal.
Aloe vera este bogata in special in acemanan, mucopolizaharida recent izolata de Laboratoarele Carrington. Fara sa surmeneze sistemul imunitar, acemananul actioneaza impreuna cu acesta si este un stimulent puternic al macrofagelor (globule albe care distrug bacteriile, celule tumorale s.a.m.d.) cand este vorba de producerea unor agenti imunitari ca interferonul si interleukina. La cea de-a treia Conferinta internationala despre studiile antivirale, la Bruxelles, a fost prezentat un referat care demonstra ca acemananul actioneaza asupra sarcomului soarecilor ca inhibitor al cresterii. Aceeasi mucopolizaharida fusese testata si pe pisici afectate de leucemie felina; 80% dintre cele tratate cu acemanan au fost vindecate, fapt

care a bulversat orice statistica (amanunte in capitolul XIV, "O manusa aruncata stiintei").
Aceste studii au avut un efect remarcabil in 1991. Ministerul Agriculturii din Statele Unite a aprobat folosirea acemananului in tratamentul fibrosarcomului la caini si pisici, pentru care pana atunci nu existase nici un fel de terapie.
Pana in prezent s-a pus in evidenta faptul ca, in contact cu acemananul, tesutul canceros este intr-un fel delimitat, tumora este ucisa si ablatia ei pe cale chirurgicala este mult facilitata. Acest mecanism, unic in felul sau, asociat cu o actiune antivirala directa, da o explicatie despre potentialitatile plantei Aloe vera, care raspunde unui evantai atat de larg de boli si de afectiuni ale omului si ale animalelor. Si iata, fie ca suntem sau nu convinsi, beneficiile plantei au fost testate, demonstrate si certificate in intreaga lume, atat de profani, cat si de practicienii terapiilor conventionale, alternative si complementare.
Spre exemplu, celebrul chiropractician Gregg Henderson recomanada Aloe vera de peste douazeci de ani. El crede ca puterile sale vindecatoare sunt experimentate si sustinute de numeroase marturii, dar nu pot fi inca pe deplin explicate. Totusi, cercetarile ultimelor decenii au pus in evidenta cateva dintre proprietatile pe care aceasta planta le demonstreaza mereu si mereu.

DETOXIFIANT

"Vinul nou se strica in butoiul vechi", spune un proverb intelept. Medicii stiu ca tesuturile si, in general, organismul nu se vindeca daca nu sunt eliminate toxinele si rezidurile nefolositoare. Detoxifierea are ca obiectiv esential tocmai sporirea capacitatii de evacuare. Iar potasiul continut in gelul de aloe stimuleaza rinichii pentru a elimina "deseurile" din corp.
Imediat ce introducem hrana in gura, ea se combina cu enzimele, declansandu-se procesul digestiv. Condusa intai in stomac, este impinsa apoi in intestinul subtire, ai carui pereti se aseamana unor degete care, pe masura ce hrana coboara in intestin cu o miscare serpuita, retin tot ceea ce sunt capabile. Aceste "degete" sunt captusite la randul lor cu celule care au alte "degete" ce se ocupa propriu-zis de absorbtia constituientilor necesari organismului. Asemenea celule miniaturale se distrug si se regenereaza in permanenta.
Dar organismul nu retine din hrana doar nutrientii, ci si rezidurile. Alimentele moderne sunt afectate de chimicale, insecticide si aditivi pe care corpul nu stie sa le prelucreze si de aceea problemele gastrointestinale au astazi o atat de larga raspandire. Atunci cand asemenea reziduri toxice le blocheaza, capacitatea de asimilare a celulelor se diminueaza. Ele sunt captusite si acoperite rapid de o clisa de reziduri care nu mai pot fi

absorbite, nu mai pot fieliminate si sunt stocate in colon, unde incep sa se descompuna. Cand se produce acest fenomen, isi fac aparitia adevarate probleme intestinale, iar Aloe vera este cu atat mai necesara.
In clinica doctorului Henderson s-au internat pacienti care fusesera programati pentru interventie chirurgicala. Stomacul lor urma sa ajunga sub bisturiu o saptamana mai tarziu. Li s-a administrat in schimb cate o lingurita cu gel de aloe pe ora, pentru a umple in intregime zona afectata. E demn de retinut ca niciunul din numeroasele cazuri de ulcer tratate astfel de doctorul Henderson nu a mai avut de-a face cu masa de operatie, ci a fost fie serios ameliorat, fie vindecat.
Planta aloe este utilizata si in diareea cronica, si in constipatia cronica. Ce este diareea cronica? Incercarea organismului de a elimina continutul intestinal, deoarece nu-l poate prelucra. Iar asta presupune un intestin inflamat. Aloe vera pe de o parte spala tesutul, iar pe de alta inmoaie si umezeste stratul de impuritati, curatand intestinul. Doctorul Henderson concluzioneaza: "Daca poti sa absorbi Aloe vera, atunci procesul de regenerare se declanseaza. Cu alte cuvinte, cand este curat, intestinul asimileaza mai usor elementele nutritive din alimente. O nutritie mai buna te face sa te simti ami bine, caci tesuturile functioneaza din ce in ce mai echilibrat la nivel celular. Iar o functionare mai buna a intregului intestin ofera mai multa energie.
Datorita alimentatiei actuale in care sunt folositi frecvent coloranti si tot felul de aditivi nocivi, ar trebui sa intelegem ca detoxifierea e un aspect important. Cand ii vad pe oameni, ma intreb insa daca ei realizeaza cu adevarat ca s-ar simti mai bine si ar munci mai usor daca ar fi si pe dinauntru la fel de sanatosi pe cat par pe dinafara."

ANTIINFLAMATOR

Pentru a explica activitatea antiinflamatorie trebuie sa intelegem ca procesul inflamatiei este raspunsul organismului la ranire sau arsura. Asta inseamna caldura, inrosire, durere si umflatura. Roseata se datoreaza aportului sporit de sange in zona afectata.
In mod normal, capilarele – cele mai mici vasa de sange – permit schimbul de apa si de mici molecule intre tesut si sange. Cand apare o inflamatie, se produce, de fapt o presiune pe peretii capilarelor, iar aceasta cauzeaza umflatura. Durerea este provocata partial de presiunea umflaturii, partial de nervul afectat. Inflamatia este una din prncipalele probleme cu care trebuie sa se lupte medicii. In afectiunile precum artritele, singurul proces intr-adevar inteles este procesul inflamator. In mod normal, o boala ca artrita reumatoida ar putea fi tratata cu medicamente antiinflamatoare si steroizi (cortizon), despre care s-a crezut ca au puterea de a "domoli focul". In realitate insa, nu fac nimic pentru a ingriji zonele afectate. Iar pe langa

acest neajuns, produc multe efecte negative: cresterea in greutate, invinetirea si sensibilitatea crescuta a pielii, osteoporoza (boala care produce friabilitate, fragilitate osoasa). Oricum, Aloe vera are o actiune asemanatoare celei a steroizilor, dar si doua avantaje majore. Nu declanseaza efecte secundare si nu numai ca "stinge focul", dar are grija de zonele afectate mai bine decat orice medicament conventional cunoscut.
Dr. Henderson face referire la un coleg care, de cand a inceput sa foloseasca Aloe vera in tratarea inflamatiilor, a redus perioadele de vindecare de la sase saptamani la o saptamana si de la o saptamana la o zi, fapt care se datoreaza in mare masura capacitatii acestei plante de a diminua inflamatia, a suprima bacteriile si, prin urmare, infectia.
Aloe vera este antibiotic, antivirotic si antibacterian. In plus, este antipruritic – alina mancarimile pielii, antipiretic – scade febra, si antifungic – are efect asupra infectiilor datorate fungilor (ciupercilor). Aloe prezinta, de asemenea, capacitati keratolitice, de catifelare si patrundere profunda a pielii, transportandu-si substantele vindecatoare catre zona afectata. Inlatura astfel rezidurile toxice, stimuleaza circulatia sangelui si inlatura tesuturile moarte.

STIMULATOR AL REGENERARII CELULARE

Oficial exista putine confirmari ale calitatilor speciei Aloe vera. Totusi Food & Drug Administration, importanta institutie americana de verificare a calitatii medicamentelor si a produselor alimentare, accepta faptul ca sporeste capacitatea de regenerare a tesuturilor, ceea ce conduce la o rata accelerata a vindecarii.
Exista in intreaga lume spitale care au obtinut rezultate cu 50% mai bune in tratatrea cu aloe a arsurilor, precum si dovada ameliorarii semnificative a efectelor secundare care se produc in tratamentul cancerului, datorita supunerii la raze Roentgen. De asemeni, ulcerele crurale (frecvente printre diabetici), nu se pot vindeca uneori cu ajutorul medicinei conventionale. Cu Aloe vera se vindeca in cateva saptamani. Ea hidrateaza pielea fara sa impiedice patrunderea oxigenului, foarte necesar in procesul de vindecare, stimuleaza circulatia sanguina si fibroblastele – celulele pielii raspunzatoare de vindecarea ranilor.
Proliferarea acestora conduce, desigur, la regenerarea celulara. Aloe vera inlatura tesuturile moarte, sporeste circulatia si cantitatea de nutrienti. Acesta reduce coaja ranii, deci dimensiunea cicatricei, ceea ce revitalizeaza tesutul, oferindu-i exact ce ii este necesar. Dr. Gregg Henderson remarca: "Poti obtine rezultate bune daca ai tesuturi bune. Aloe vera regenereaza si intretine tesuturile si le face sa functioneze mai bine, actionand la nivel celular."

Cercetarile conduse de dr. James Fulton din Newport Beach, California, specialist in dermatologie, confirma capacitatea acestei plante de a grabi recuperarea postoperatorie. Dupa cum arata articolul publicat in Journal of Dermatologic Surgery and Oncology, optsprezece persoane cu acnee au fost operate prin abraziunea pielii fetei pentru indepartarea leziunilor. Dupa interventie, pacentilor li s-a aplicat pe jumatate de fata o masca obisnuita cu gel chirurgical, iar pe cealalta jumatate una care continea aloe. Partea tratata cu aloe s-a vindecat cu aproximativ trei zile mai repede decat cealalta.

Si studiile doctorilor Martin C. Robson si John Heggers de la Universitatea din Chicago si Universitatea Wayne din Detroit au demonstrat ca tratarea cu o crema pe baza de aloe a leziunilor cauzate de variatile de temperatura face ca arsurile sa se vindece mai rapid si regenereaza celulele ranite. Conform doctorului Heggers, director de studii la Departamentul de Chirurgie Plastica de la Universitatea Wayne, arsurile nu afecteaza uniform tesuturile. "Daca priviti o rana provocata de arsuri veti vedea ca partea de mijloc este mai grav afectata, ceea ce coaguleaza proteinele si omoara tesutul", explica el. "Tesutul alaturat este partial afectat si daca nu este tratat va muri intr-o zi sau doua." Doctorul Heggers afirma ca, atunci cand pielea este ranita, sunt eliberate anumite componente ale tesutului, numite prostagladine si tromboxani. "Credem ca exista un compus activ in Aloe vera care actioneaza probabil ca un substrat inhibitor, ceea ce inseamna si o concentrare a puterii sistemului enzimatic pentru a preveni producerea de tromboxani."

Pe langa studiile clinice despre efectele plantei aloe asupra pacientilor cu arsuri, doctorul Heggers a urmarit o suta cincizeci si patru de cazuri de degeraturi. Dintre cele cincizeci si sase care au fost tratate cu aloe, doar 7% au prezentat o oarecare forma de infectie. In schimb, dintre cei nouazeci si opt de pacienti care nu au beneficiat de crema cu Aloe vera, treizeci si trei au necesitat amputari.

Dr. Elizabeth Burdick, microbiolog si specialist in boli de piele, se ocupa de arsurile grave la o clinica dermatologica din CAlifornia. Dupa opinia ei, tesutul care formeaza cicatricea este gros, aspru ca la bataturi si este produs de celulele bazale care se gasesc in ultimul strat al epidermei. "Cand pielea este arsa sau traumatizata, corpul isi trimite mesajul catre celulele bazale pentru a-l proteja. In douazeci si patru de ore acestea se deplaseaza catre nivelul epidermic si produc cicatricea, dedesubtul careia se formeaza tesutul cheratinizat gros, cu rol de protectie impotriva traumelor."

Ea crede ca planta interfereaza cu procesul de formare a cicatricei: "Nu stiu exact care este mecanismul, dar Aloe vera face ca celulele pielii sa se regenereze atat de rapid, incat corpul nu mai trimite mesajul catre celulele bazale. Noile celule ale epidermei incep sa inchida aria ranita. In timp ce corpul va produce totusi o coaja pentru a acoperi rana, imediat sub ea nu va

mai fi o textura rigida de tesut. Sub cicatrice va fi un tesut sanatos, neceheratinizat."
De altfel, Aloe vera a trezit interesul oamenilor de stiinta tocmai datorita proprietatii sale de a trata arsurile. In anii '30, Collins si fiul sau, Creston, au descris cazul unei femei de 31 de ani cu o dermatita Roentgen severa, cu descuamare pe o suprafata de 4x8 cm pe frunte, extinsa pana in zona piloasa. Dupa douazeci si patru de ore de tratament cu aloe proaspata, usturimea a disparut complet. Dupa cinci saptamani de cura continua pielea revenise la normal si nu prezenta nici o cicatrice. Dupa trei luni nu recidivase, iar cand femeia se expunea la soare, fruntea se pigmenta normal, la fel ca restul tenului.

FUNCTII DIGESTIVE

Indienii Americii Centrale si de Nord utilizeaza din cele mai vechi timpuri gelul continut in frunza de aloe pentru a stimula digestia si tranzitul intestinal, dar si pentru tratarea ulcerelor.
Robert Trotter, director de cercetare, subliniaza faptul ca arhivele etnofarmaceutice de la Universitatea Panamericana din Edinburg, Texas, pun la dispozitie peste trei mii de remedii naturale pentru probleme de stomac. O metoda des folosita de populatia amerindiana in caz de ulcer recomanda consumul matinal de gel extras direct dintr-o frunza proaspata de marime medie. "Un ulcer este o rana asemanatoare oricarei arsuri. De aceea, procedand asa, Aloe vera vindeca la fel ca in cazul in care este afectat un tesut extern al pielii", subliniaza Trotter.
Bill McAnalley din vadrul Laboratoarelor Carrington din Dallas a primit sute de declaratii de la persoane care s-au vindecat de diferite afectiuni cronice ale intestinelor si chiar de ulcer, consumand gel de aloe. "Am prmit multumiri entuziaste de la o persoana care avea ulcer de ani de zile. Doctorii o sfatuisera sa se retraga din activitate pentru a evita suprasolicitarea si strasul care ii agravau boala. Cand a auzit de Aloe vera, a fost foarte sceptica, dar a hotarat totusi sa consume zilnic gel. Intr-un interval de o saptamana starea sa a inceput sa se imbunatateasca, iar acum au trecut deja cinci ani de cand nu a mai avut nici o problema", povesteste el.
Dupa cum remarca multi dintre cei care folosesc produsele din aloe, in cazul ulcerelor stomacale este recomandabil consumul zilnic al gelului, pentru a evita reaparitia problemelor. De asemenea, ei sustin ca bolnavii care trec de la un produs cu o concentratie mai mare de aloe la unul cu o concentratie scazuta au din nou arsuri. Bill McAnalley este de parere ca 100-150 ml de gel de aloe zilnic ofera sanse d vindecare a afectiunilor stomacale. Este insa de dorit sa nu se bea toata cantitatea odata, ci sa fie

repartizata astfel incat sa existe tot timpul gel de aloe in stomac si sa actioneze permanent.
Cazurile de ameliorare a ulcerului si chiar de vindecari spectaculoase sunt foarte frecvente. Multi dintre cei care sustin acum Aloe vera au fost martori la asemenea rasturnari de situatie aparent miraculoase. Unul dintre acesta povesteste cum o ruda de-a lui s-a vindecat de ulcer hemoragic. "Doris era deja programata pentru operatie cand a trebuit sa plece urgent in Dallas pentru niste probleme de familie. Timp de doua saptamani cat a ramas acolo a baut suc de aloe. Cand s-a intors in California, a mers la analize si a aflat ca nu mai are nimic. Medicul nu si-a putut crede ochilor si i-a mai facut un set de investigatii. A intrebat-o ce anume a folosit si in finalul consultatiei a fost el insusi gata sa cumpere produse pe baza de aloe in valoare de 250 de dolari.
O femeie din Mississippi povesteste la randul ei: "Am 60 de ani, dar pana acum un an n-am stiut ca oamenii beau gel din ineriorul frunzei de aloe. Am incercat si eu, disperata pentru ca era cat pe ce sa mi se extirpe o portiune din stomac. Nu mi-a placut mie gustul, dar mi-a vindecat ulcerul."
Bill Coats, celebrul farmacist care a descoperit care a descoperit formula de stabilizare a gelului, crede ca Aloe vera face exact ceea ce pot realiza o multime de medicamente de sinteza, fara a produce insa si efectele lor secundare. "Unul dintre medicamentele recomandate in mod obisnuit pentru ulcer vindeca intr-adevar, insa poate cauza impotenta. In schimb, exista doctori care au pacienti vindecati de ulcer intr-o luna, deoarece au utilizat un tratament combinat, care presupune dieta specifica, o cura cu gel de aloe si un antiacid."
Testele realizate in Laboratoarele Carrington au aratat ca nu s-aprodus inca un medicament care sa ofere stomacului aceeasi protectie ca Aloe vera. In comparatie cu Cimetidina, de pilda, unul dintre cele mai bune medicamente pentru ulcer, aloe este mult mai eficienta. S-a initiat un studiu clinic folosind Aloe vera si produse derivate din aloe in tratamentul diverselor forme de ulcer. Tot faima buna pe care si-a facut-o gelul de aloe si eficienta deosebita in tratarea afectiunilor digestive sunt probabil motivul pentru care o tara ca Japonia importa aloe in valoare de peste 50 de milioane de dolari anual.
Autoritate de renume mondial, dr. Ivan Danhof, considera ca planta este benefica pentru sistemul gastrointestinal. Profesor de fiziologie la Universitatea din Texas si presedinte al Laboratoarelor de Cercetare din Texas-ul de Nord, el intervine in calitate de consultant in actiunile numeroaselor institute de studii farmaceutice si a fost chiar consilier la Food & Drug Administration (FDA). Doctorul Danhof sustine ca, datorita prezentei lactatului de magneziu, aloe este capabila sa incetineasca activitatea stomacala si sa inverseze simptomele, ocazionale sau cronice, din partea superioara a aparatului gastrointestinal.

In comunicarea stiintifica Efectele administrarii pe cale orala a sucului de Aloe vera asupra functiilor gastrointestinale la omul sanatos, publicata in revista americana Prevention, doctorul Jeffrey Bland de la Institutul de Stiinte si Medicina "Linus Pauling" din California, concluzioneaza ca gelul este foarte util la imbunatatirea digestiei fara sa antreneze diareea, are un efect tampon de normalizare a pH-ului (ca un alcalinizant), reduce proportia de levuri si realizeaza un echilibru mai favorabil pentru bacteriile de simbioza gastrointestinala. Poate, de asemenea, sa intervina in caz de indigestie, aciditate la stomac, sindrom de iritatie intestinala si colite.
Jeffrey Bland a descoperit ca Aloe vera accelereaza mobilitatea bolului alimentar, reduce indicele de putrefactie a proteinelor din colon, imbunatateste functionarea bacteriilor din colon si amelioreaza functionarea regulata a intestinului. Toti cei care au participat la teste au sustinut cresterea nivelului energetic si a starii de bine in organism; gelul de aloe a fost bine tolerat de subiecti si nu a produs reactii adverse (amanunte in capitolul "O manusa aruncata stiintei").
Alti cercetatori au remarcat ca Aloe vera traverseaza peretii viscerelor, evacuand bacteriile nocive si permitand reinsamantarea cu bacterii utile. De aici reducerea inflamatiei si cresterea absorbtiei elementelor nutritive.

PROBLEME CARDIACE

Una dintre principalele cauze de deces din zilele noastre este boala de inima asociata cu acumularea de lipide in artere. Mai multe studii efectuate atat pe subiectii umani, cat si pe animale au evidentiat faptul ca administrarea interna regulata a gelului de Aloe vera are efecte benefice considerabile in ceea ce priveste scaderea colesterolului, a trigliceridelor si a fosfolipidelor (cand sporeste cantitatea acestor elemente in organism, are loc o crestere semnificativa a grasimilor din artere).
Intr-un studiu de laborator, un grup de animale cu un nivel ridicat al colesterolului a fost tratat cu glucomanan – polizaharida derivata din planta de aloe. Aceasta experienta a demonstrat efectul puternic pe care il are planta in ceea ce priveste scaderea colesterolului, a trigliceridelor, a fosfolipidelor, a acizilor grasi precum si in legatura cu cresterea HDL, numit "colesterol bun".
Doctorul Ivan Danhof a descoperit, la randul sau, ca sarurile de izocitrat de calciu continute in Aloe vera ar putea ajuta persoanele care sufera de afectiuni cardiace sau care au antecedente de acest gen in familie. In asemenea situatii de risc el recomanda sa se bea zilnic gel de Aloe vera. Descoperirea sa a fost confirmata si de alti cercetatori. La Congresul anual din 1984 al Academiei Americane de Angiologie si al Institutului International de Angiologie, doctorul O.P. Agarwal a prezentat o comunicare care se bazeaza pe rezultatele unui studiu facut timp de cinci

ani asupra a cinci mii de persoane care sufereau de angina pectorala. Un complement de regim care asocia aloe cu pastai de isabgol a dus la diminuarea sensibila a colesterolului si la scaderea frecventei cizelor. Dupa cinci ani toti pacientii erau in viata si nu mai prezentau efectele secundare ale bolii.
Alte studii au aratat ca un consum zilnic de Aloe vera genereaza in cateva saptamani scaderea nivelului colesterolului in sange si diminuarea tensiunii arteriale. Misterul acestor efecte benefice nu este inca elucidat, dar studiile avanseaza.

CANCERUL SI SISTEMUL IMUNITAR

Rezultate incurajatoare, deja mentionate, au fost obtinute si in tratarea cu Aloe vera a animalelor bolnave de cancer ceea ce a condus la ideea ca planta ar putea avea efecte si in tratarea cancerului la oameni. Doctorul Danhof afirma ca este posibil ca gelul sa genereze deblocarea factorului alfa din necrozele tumorale. Un studiu efectuat la departamentul de epidemiologie de la Universitatea din Okinawa, a pus in evidenta ca ingerarea zilnica de aloe ajuta la prevenirea aparitiei cancerului la plaman in cazul fumatorilor.
Capacitatea de protectie a plantei a fost confirmata de studiul efectuat asupra unui lot de sase sute saptezeci si trei de pacienti care sufereau de cancer pulmonar. O revista japoneza preocupata de studierea cancerului a publicat rezultatele cercetarii care a urmarit pe o perioada de cinci ani legatura dintre fumat si aparitia cancerului pulmonar in cazul unor subiecti in al caror regim alimentar au fost prezente saptesprezece pante comestibile. In aceasta dieta aloe a fost singura cu efecte anticancerigene. "Rezultatele analizelor arata ca aloe previne canerul pulmonar", afirma medicii. In plus, "are un puternic efect de prevenire sau inhibare a dezvoltarii altor tipuri de cancer."
In general, Aloe vera poate avea un efect remarcabil asupra sistemului imunitar atat ca stimulator, cat si ca sustinator si reglator. In cazul bolnavilor de SIDA are o influenta pozitiva, echilibrand limfocitele T si B (amanunte in capitolul "O manusa aruncata stiintei"). Este, de asemeni, recunoscut efectul sau protector asupra functiei imunitare a pielii in fata agresiunii ultravioletelor. Studiul facut de M.D. Anderson de la Centrul Medical din Houston, Texas, recunoaste ca aplicarea gelului de aloe pe piele, inainte de expunerea la razele ultraviolete, protejeaza complet celulele imunizate.
Un medic veterinar din Marea Britanie, Peter Green, a obtinut rezultate spectaculoase in cazul sindromului postviral la cai. Animalele care sufera de aceasta boala prezinta un nivel foarte scazut al globulelor albe din sange. Timp de aproximativ cinci saptamani, doctorul Peter Green a introdus gel

de Aloe vera in hrana cailor bolnavi si a constatat ca din cei paisprezece cai tratati, unsprezece si-au revenit complet, iar nivelul globulelor albe din sange a crescut evident. In mod normal, caii afectati de sindromul postviral nu se vindeca sub tratament medicamentos conventional.

AGENT CICATRIZANT

Am examinat deja capacitatea speciei Aloe vera de a regenera celulele, eficienta sa ca agent cicatrizant puternic pentru toate tipurile de rani, atat interne, cat si externe. Doctorul Danhof observa ca planta poate sa accelereze consolidarea fracturilor, stimuland cooperarea calciului si a fosforului – doua minerale esentiale pentru cresterea si intarirea oaselor. Aloe vera, stim deja, regenereaza tesuturile pielii de opt ori mai repede decat s-ar petrece in mod normal. Fiind antiseptica, antibiotica si bactericida, planta poate vindeca tot ansamblul de infectii, inclusiv cele provocate de ciuperci. Ghidul familiei pentru tratamente alternative, semnat de profesorul Pietroni, pledeaza pentru utilizarea plantei aloe in caz de bataturi si de calvitie. Cat despre Ross Trattler, autor al cartii O sanatate mai buna cu leacuri naturale, recomanda Aloe vera pentru ingrijirea negilor, hemoroizilor si combaterea viermilor intestinali. Diane Buchman, deja citata, a constatat eficacitatea plantei pentru ameliorarea si eliminarea induratilor de la picioare, maini si coate.
In plus, Aloe vera este un hidratant al pielii de o eficacitate incomparabila. Ea intervine prin capacitatea de a vehicula elementele nutritive si umiditatea catre interior, facilitand astfel penetrarea si absorbtia acestora prin cele sapte straturi ale pielii si, gratie polizaharidelor, prin constituirea unui fel de bariere care impiedica apa sa iasa la suprafata. Acest lucru este convenabil mai ales in cazul pielii uscate sau delicate si devine posibil datorita compusilor antibiotici si antihistaminici pe care ii contine planta.

FACTOR DE INTINERIRE

Pasionat de secretul regenerarii pe care o stimuleaza produsele cu Aloe vera, doctorul Danhof a remarcat ca planta are proprietatea de a creste de sase pana la opt ori viteza normala de producere a celulelor fibroblaste. Aceste celule, situate in derm, sunt responsabile cu fabricarea colagenului, proteina care intretine pielea si o ajuta sa-si pastreze fermitatea si supletea. Fie ca este efectul expunerii la soare sau este un proces normal de imbatranire, fibroblastele isi incetinesc cu timpul ritmul de producere a colagenului. Cu cat inaintam in varsta, calitatea colagenului scade si ridurile se adancesc. Doctorul Danhof a constatat ca Aloe vera nu imbunatateste numai structura celulelor fibroblaste, ci accelereaza si procesul de fabricare a colagenului. Inca o data se confirma ca secretul

rezida in prezenta polizaharidelor si in proprietatea lor de a fixa apa. In schimb, multe produse cosmetice care promit reintinerirea pielii nu o hidrateaza decat temporar; ele nu stimuleaza producerea colagenului si ridurile faciale au tendinta sa reapara.
Dar producerea colagenului nu este singura contributie pe care planta o are in lupta contra imbatranirii. Pe masura ce inaintam in varsta, vedem aparand pete pe maini. Originea lor este interna (un proces chimic complex), dar si externa (expunerea la soare). Or, Aloe vera contine un agent puternic ce blocheaza procesul si este capabil sa il inverseze, furnizand pielii, la nivelul celulelor, compusii necesari vitalizarii sale, supletii si catifelarii. Doctorul Danhof a testat personal efectele plantei aloe. In fiecare zi isi ungea una din maini – aceeasi – si a constatat ca diferenta devenea din ce in ce mai surprinzatoare. Mana care nu era tratata cu aloe avea numeroase pete, iar cealalta nici macar una!

PUTERE DE ADAPTARE

Fara indoiala ca proprietatea cea mai impresionanta a plantei Aloe vera este de a actiona in mod specific la fiecare individ, adaptandu-si surprinzator efectele in functie de necesitatile fiecaruia. Utilizand, de exemplu, Aloe vera pentru a-si trata astmul sau artrita, unii si-au dat seama ca, de fapt, nici gingiile nu le mai sangeeaza si se imbunatateste si starea de sanatate a pielii.
Potrivit unui studiu publicat in revista Hormone Research, diabeticii noninsulinodependenti au fost tratati zilnic cu jumatate de lingurita de extract de aloe, timp de paisprezece saptamani. Concentratia de glucoza s-a redus in medie cu 45% la toti, fara ca acestia sa piarda din greutate. In plus, aloe contribuie la mentinerea unei bune functionari a rinichilor si a ficatului pe care il reechilibreaza cu mult succes.
Merita amintite aici efectele binefacatoare ale plantei in cazul diabeticilor. Ea reduce proportia de zahar din sange si repune in ordine mecanismul sau natural de echilibrare.

Capitolul 6

SPUNE-MI CE MANANCI CA SA-TI SPUN CINE ESTI

Popoarele occidentale sunt cel mai bine alimentate, dar si cel mai prost hranite. Ne-am obisnuit sa indepartam prin toate mijloacele orice aliment nutritiv din hrana noastra si sa ne supunem sistemul digestiv tuturor riscurilor; amenintat de fermentatie si de putrezirea alimentelor in intestin nu-si mai poate desfasura functiile si pana la urma tot organismul sufera. Nimic imbucurator in asta!
Corpul nostru are nevoie de o hrana bogata in fibre; dar sunt cateva secole de cand negljam cu buna stiinta consecintele pe care lipsa de fibre le antreneaza pe plan digestiv. In timpurile stravechi, cei care se ingrijeau de alteta-sa regala aveau obligatia, la fel ca si medicul casei, sa examineze scaunul stapanului, caci reprezenta o sursa de informare foarte precisa despre starea lui de sanatate. Astazi, medicii si nutritionistii sunt convinsi ca bolile au ca origine proasta functionare a unui intestin obosit. Sa comparam un bob de orez complet (nedecorticat) cu unul de orez alb (decorticat). Membrana fiecarui bob de orez complet este in mod particular bogata in elemente nutritive; masticate si apoi sfaramate in aparatul digestiv, acestea trebuie sa traverseze colonul. Muschii se vor activa incet, intr-o lenta si ritmata miscare peristaltica, asigurand o totala curatire a peretilor colonului si ai intestinelor, precum si eliminarea deseurilor care sa suprime orice risc de formare a bacteriilor.
Ce se petrece insa atunci cand consumam un bob de orez alb, decorticat, caruia i s-a indepartat continutul in fibre? Cantitatea redusa de elemente nutritive va fi distrusa prin procesul de preparare si nu va mai ramane decat o pasta oarecare de amidon cleios. Odata consumata, fiertura vascoasa, practic lipsita de continutul de fibre, nu rezista in stomac (ceea ce este dezavantajos pentru persoanele care doresc sa piarda in greutate) si ajunge in colon fara sa declanseze contractiile peristaltice.
Trecand lent prin intestin, pasta adera pe peretii acestuia, cauzeaza formarea de bacterii si genereaza reactia organismului de a lupta contra amenintarii cu infectia. In timpul unui asemenea proces de digestie, orezul alb poate produce probleme: intai lipsa aportului necesar de elemente nutritive, apoi producerea unei diverticulite, iritarea intestinului sau chiar aparitia unui cancer la intestin.
Acest scenariu risca sa se repete in fiecare zi si pentru o perioada foarte indelungata de timp, daca persoana in cauza consuma putine legume si fructe preferand sa se hraneasca mai ales cu alimente rafinate precum orezul alb, faina alba si diverse alimente preambalate. Organismul supus unui astfel de "tratament" se epuizeaza din cauza efortului de a extrage

nutrienti dintr-o asemenea alimentatie si a luptei pe care o da pentru eliminarea rezidurilor.
Substantele chimice din pesticide si ingrasamintele utilizate pentru cultura cerealelor, a legumelor si a fructelor constituie o alta problema alarmanta; acumularea unor astfel de deseuri in organism perturba sistemul imunitar. Nu mai este surprinzator deci ca, alimentat cu astfel de produse tratate chimic, organismul nostru este extenuat. Fenomenul iese usor in evidenta daca ne privim pielea. Consumul exagerat de ciocolata si de alimente indigeste creste stresul si impune sporirea cantitatii de energie din alimentatie. Pielea devine prea grasa sau prea uscata, puhava, rosie, cu cosuri, etc.
Hrana aduce in organism cantitatea de vitamine, minerale, proteine si hidrocarburi de care avem nevoie pentru a le transforma in energie si a intretine sanatatea pielii. Cultivata fara adjuvanti chimici, pulpa de Aloe vera nu este poluata; ea ramane bogata in elemente nutritive si, gratie puterii de penetrare la nivelul pielii, actioneaza intai asupra sistemului digestiv si apoi asupra tuturor celorlalte functii ale organismului; participa, dupa cum am precizat, la procesul de eliminare a toxinelor si a impuritatilor si restabileste echilibrul organismului, care isi recapata starea generala de bine.
In Marea Britanie se consacra treizeci de ore in medie pentru studiul nutritiei, din totalul de cinci sau sapte ani cat dureaza o facultate de medicina. Nici in Romania situatia nu se prezinta mai incurajator. Este pur si simplu aberant daca tinem cont de procentul deloc neglijabil al cazurilor de cancer si al altor maladii letale, datorate unei alimentatii nesanatoase si daca luam in considerare faptul ca in legatura cu aceste boli medicii nu isi formeaza cunostintele necesare. Oare nu ar trebui sa ne punem intrebari despre ce se poate intreprinde pe plan general pentru a imbunatatii starea de lucruri si despre ce am putea face pe plan personal? Acest capitol nu este un ghid de nutritie; exista numeroase lucrari excelente care trateaza subiectul. Dar trebuie sa ne gandim mai in serios la ceea ce mancam si bem si sa avem in vedere modificarea comportamentului nostru in raport cu hrana. E adevarat ca Aloe vera poate juca un rol important in alimentatie si in ceea ce priveste starea de armonie generala a oranismului, dar nu va fi niciodata un panaceu care sa remedieze o dieta gresita si un mod de viata nesanatos.
Patrick Holford, autorul cartii Hrana optima spune: "Am convingerea ferma ca – printr-un consum suficient de micronutrienti (substante esentiale) – cea mai mare parte din maladiile cronice n-ar ma exista. Medicina viitorului este, in fapt, o terapie nutritionala de calitate. Pana acum n-am facut decat sa o amanam." Aceste cuvinte apartin unui stralucit om se stiinta care, dupa un sever atac de cord la 51 de ani, primise ca speranta de

viata maximum zece ani. El a refuzat sa se impace cu acest destin si a consacrat inca treizeci de ani studiilor despre nutritie.
Patrick Holford, precursor al nutritionismului optimal in Marea Britanie, fondator al Institutului Optimum Nutrition din Londra, este cu adevarat in masura sa vorbeasca despre importanta hranei si despre rolul pe care Aloe vera il poate avea in cultivarea unor obiceiuri alimentare sanatoase. Daca il ascultam si ii urmam sfaturile, vom beneficia de un mod de viata mai curat, ne vom hrani mai bine si vom fi mai apti sa infruntam dificultatile vietii actuale. Iata comentariile sale:
"Cea mai mica celula a corpului nostru se formeaza de la hrana pe care o consumam. De aceea alimentatia constituie piatra unghiulara a sanatatii noastre. Hipocrate ne sfatuia acum mai mult de doua mii de ani: Hrana sa va fie medicament, iar medicamentul hrana.
Pe masura ce stiinta medicala progreseaza, luam cunostinta de importanta substantelor naturale in alimentatia noastra: hidratii de carbon, proteinele si grasimile; apoi vitaminele, mineralele, enzimele, grasimile esentiale, in sfarsit, fitochimicele (care desemneaza substantele chimice din plante cu efecte pozitive asupra sanatatii si influenta asupra rezistentei la boli).
Daca intelegem importanta hranei de calitate si efectele sale asupra organismului, ne dam seama si de faptul ca ne-am indepartat incetul cu incetul de propria noastra natura, iar aceasta eroare sta la baza celor mai multe dintre afectiunile de care suferim. Putem sa identificam proasta alimentatie drept cauza a 75% din bolile mortale ale epocii actuale. Acumularea de toxine agrochimice, droguri, produse chimice, hrana transformata chimic – toate acestea au un impact teribil asupra noastra. Or in caz de boala, ni se prescrie ca tratament un cocteil chimic si complet nepotrivit pentru organism, care produce o serie de efecte nedorite si ne accentueaza tendintele catre un mod gresit de viata si o alimentatie nociva. Asa se explica oboseala si lipsa de rezistenta la boli, stresul si multiplele probleme fizice care ne intuneca existenta."
Medicii generalisti adepti ai terapiilor alternative sunt de acord cu Patrick Holford: "Medicina viitorului va acorda un loc important nutritiei. Chiar si in prezent, o mare parte din rezultatele cele mai bune pe care le obtinem se datoreaza mai curand recomandarilor unor regimuri adecvate si folosirii de alimente complementare decat prescrierii de medicamente. Importanta unei terapii nutritioniste este din ce in ce mai evidenta si capata o asemenea amploare, incat, daca medicii de azi nu devin si nutritionisti, atunci cu siguranta ca nutritionistii vor deveni medicii de maine.
In loc sa se bazeze pe medicamente care produc efecte secundare nedorite, medicina viitorului se orienteaza catre substantele nutritive naturale prezente in alimentele vii, capabile sa corecteze chimia interna a organismului uman si sa-i redea starea de sanatate.

Aloe vera ofera un amestec de substante binefacatoare pentru sanatate, atat de putenice, incat este imposibil sa ne imaginam ca am putea extrage un compus pentru a trata o boala anume, asa cum procedeaza industria farmaceutica in cazul medicamentelor chimice. Planta contine peste optzeci de substante – vitamine, minerale, enzime, antioxidanti si multiple substante fitochimice care actioneaza toate impreuna, favorizand starea de sanatate.

Recent, un studiu medical de anvergura, condus de Universitatea din Cambridge, a pus in evidenta efectul unui antioxidant (vitamina E), de trei ori mai puternic decat cel mai bun medicament folosit pentru a reduce riscul de accidente cardiace. Ganditi-va numai la consecintele pe care le antreneaza consumul constant de fructe si legume proaspete precum si utilizarea unei plante ca Aloe vera, care stimuleaza functiile naturale ale organismului.

Celebrul studiu al doctorului Jeffrey Bland a demonstrat ca sucul din aloe este un excelent tonic polivalent care amelioreaza digestia si faciliteaza absobtia elementelor nutritive si eliminarea celor inutile. In afara de bogatia de elemente nutritive, gasim in gel carbohidrati complexi, numiti mucopolizaharide, demni de toata atentia. Mucopolizaharidele reprezinta o serie de substante esentiale pentru corpul uman si favorizeaza actiunea sistemului imunitar. Lipsa lor din alimentatie face prea permeabil peretele intestinal, prin care trece o cantitate prea mare de molecule de hrana, generand o reactie alergica. Aloe vera este ideala in asemenea situatii, deoarece actioneaza prompt asupra persoanelor care sufera de colita ori au un intestin fragil si iritat.

Agravarea acestei permeabilitati a tesuturilor intestinale inseamna si un risc acut de infectie si alergie, cazuri in care aloe este, de asemenea, foarte eficace. Mucopolizaharidele sunt agenti naturali antiinflamatori si foarte utili in bolile de natura inflamatorie ca artrita, astmul sau eczema. In stare cruda, multe din alimente contin enzimele necesare separarii elementelor constitutive din hrana.

Aloe vera este la randul ei bogata in enzime digestive, spre deosebire de hrana preparata prin fierbere, si participa eficient la o buna asimilare a nutrientilor, deoarece contine antioxidanti vitali, vitaminele A, C, E, seleniu si zinc, care ne protejeaza de afectiunile cardiace si de cancer, stimuland sistemul imunitar si incetinind procesul de imbaranire. In gelul de aloe sunt 2% acizi grasi esentiali, absolut necesari pentru creier si sistemul nervos, pentru piele si majoritatea organelor. Alimentele preparate contin in principal grasimi daunatoare, la fel ca hrana industriala, bogata in grasimi saturate, nocive pentru sanatate, in contrast cu grasimile esentiale, care sunt benefice.

Medicina de maine se va preocupa mai mult de nutrienti decat de medicamente si va aduce o noua perspectiva asupra bolilor care se

datoreaza, in mare parte, unei proaste calitati a alimentelor, poluarii, stresului sau lipsei de exercitii fizice. Principala cauza ramane insa ignoranta.
Asa cum spune Thomas Edison: "Medicul de maine nu va mai prescrie medicamente, ci se va interesa de starea globala a pacientilor, acordand atentie felului in care acestia se alimenteaza, cauzelor bolilor si prevenirii lor."
Stiinta moderna o dovedeste. Solutiile sunt in natura. O substanta vie precum Aloe vera, nepoluata de produse chimice, are tot ce-i trebuie pentru a contribui la sanatatea si vitalitatea noastra."

Capitolul 7

DOCTORII EXCLAMA: "ALOE, MON AMOUR!"

Recunoscuta ca solutie naturala pentru purificarea si dezintoxicarea organismului, Aloe vera este folosita astazi pe scara larga. Gelul din frunzele plantei se absoarbe usor, este asimilat rapid si contribuie la dezvoltarea celulelor, iar astfel da nastere unor tesuturi mai sanatoase. Organismul are de inlocuit aproximativ doua milioane si jumatate de celule pe zi si trebuie sa primeasca maximum de aport nutritiv. Or Aloe vera poate juca rolul principal in acest proces.
In Statele Unite multi pacienti, inclusiv osteopracticieni, au inceput sa prescrie aloe inca de acum treizeci de ani. Ei o recomanda atat pe cale orala, cat si in aplicatii locale si sunt convinsi ca ajuta corpul sa se ingrijeasca singur. In ciuda oricaror rezerve si suspiciuni, se constata ca este in crestere numarul medicilor din intreaga lume care isi sfatuiesc pacientii sa ia in serios aceasta planta.
Am adunat in capitolul de fata comentarii, experiente si opinii ale pacientilor americani, englezi si romani in legatura cu cazurile pe care le-au tratat utilizand cu succes Aloe vera.

TIMPUL DE VINDECARE SE REDUCE LA JUMATATE

Medic osteopractician si nutritionist multidisciplinar, Gregg Henderson conduce Fallbrook Chiropractic Center din California. Aloe vera reprezinta o parte esentiala a tratamentelor pe care le recomanda de aproape doua decenii. Iata opinia sa despre "vindecatorul tacut" si despre rolul sau in materie de sanatate si nutritie: "Aloe vera este cunoscuta in principal pentru capacitatea de a inhiba durerea. Substantele analgezice pe care le contine pot patrunde toate straturile pielii, calmeaza reactiile nervoase si reduc inflamatiile, de aceea planta are efecte pozitive in tratarea unor maladii ca artrita. Ea penetreaza si intra in lupta cu enzimele responsabile de inflamatie, a carei extindere este astfel redusa.
Aloe vera contine, de asemeni, o substanta care emulsioneaza efectiv colesterolul si ajuta organismul sa-l elimine. Gelul stimuleaza purificarea sangelui din ficat si, in caz de hemoragii, actioneaza ca un coagulant.
Sunt posibile rezultate benefice cu doze reduse de gel, datorita faptului ca este natural, tolerat si absorbit cu usurinta de organism. Aloe vera contribuie la accelerarea inlocuirii de tesut gratie producerii de celule sanatoase. Ea contine acizi uronici care elimina materiile daunatoare organismului si are efecte antibiotice bine definite si dovedite. In cursul

ultimelor doua decenii si jumatate am pus la punct si am utilizat in mod curent supermedicamente; nu este de mirare ca au aparut si supermicrobi care sa le reziste. Dar am constatat cu mare interes in practica mea zilnica faptul ca Aloe vera de buna calitate este intotdeauna eficace contra streptococilor, stafilococilor si a salmonelei.
Una din principalele proprietati ale plantei este stimularea inmultirii celulelor. In caz de taietura sau arsura, penetreaza plaga si provoaca vindecarea din interior catre exterior. Deoarece restaureaza secretiile fara a impiedica oxigenul sa ajunga la plaga, contribuie la accelerarea procesului de vindecare si diminueaza dimensiunea cicatricei.
Spitalele americane care utilizeaza Aloe vera au constatat ca timpul de vindecare se reduce cu 50%. Este un complement foarte frecvent administrat in tratarea cancerelor, alaturi de chimioterapie si radioterapie – deoarece diminueaza reactiile negative care apar la pacienti. Bolnavii mei care iau regulat aloe nu-si pierd parul si suporta mai bine tratamentele, prezentand imediat reactii pozitive.
Sucul de aloe are o mare putere energizanta. Daca beti in fiecare zi, veti vedea ca nu veti simti nevoia sa dormiti mai mult de cinci, sase ore, beneficiind in acelasi timp de o tona de energie. Insa Aloe vera nu este un produs cu o ridicata putere nutritiva, ci are si actiune pozitiva asupra celulelor.
Suntem victimile unor multiple probleme intestinale, ca de exemplu colite si diverticule pe care gelul de aloe le poate rezolva. In mod fundamental, acesta opereaza in toate situatiile denumite prin termeni care se termina in "-ita" (care denota existenta unei inflamatii); actiunea antiinflamatorie se manifesta in caz de artrite, colite, diverticulite, etc. Aloe vera nu vindeca! De altfel, de-a lungul anilor mei de practica n-am intalnit nici un medicament si nici un doctor care sa vindece pe cineva. Organismul trebuie sa se vindece el insusi – are nevoie doar de un mijloc potrivit. Aloe este o vestita planta tamaduitoare, deoarece furnizeaza organismului ceea ce ii este necesar pentru a se ingriji. Ea poate distruge, de exemplu, bacteriile care sunt la originea ulcerului la stomac si reuseste asta in peste 92% din cazuri.
Unul din exemplele cela mai remarcabile pe care le-am cunoscut in legatura cu aceasta accelerare a procesului de vindecare este un caz de chirurgie estetica. Medicul a recurs la piele artificiala pentru un lifting si a folosit un produs cu o concentratie foarte mare de aloe pentru a accelera cicatrizarea si vindecarea. Aceste procese au avut intr-adevar loc intr-un ritm uimitor – intr-o singura saptamana, in loc de sase, asa cum se petrece in mod obisnuit. Asta arata ce putem astepta de la imensul potential de vindecare al speciei Aloe vera."

DUPA UN AN NU MAI AVEA PSORIAZIS

Ca reflexolog si aromoterapeut, Anoosh Liddell a recurs la Aloe vera in tratarea a numeroase tulburari si boli. Ea descrie doua dintre cazurile cele mai interesante:
PSORIAZIS: "Primul pacient pe care l-am tratat de aceasta afectiune a fost o fetita de 7 ani. Psoriazisul ei se manifesta sub forma de piele tabacita, pilozitate si cruste cu mancarimi in spatele urechilor. Timp de trei luni fata a mers constant la medic, pentru ca scarpinatul ii provoca sangerari violente care riscau sa produca infectii. Copilul folosise mai multe sampoane si creme pe baza de steroizi, dar fara nici un rezultat. I-am recomanadat unele schimbari in regimul alimentar – sa excluda treptat produsele lactate, cele pe baza de faina alba, toate bauturile gazoasa, alimentele marinate, portocalele si rosiile. Psoriazisul este in legatura cu echilibrul si completa adaptare nutritionala a pielii, a carei sanatate depinde de elementele nutritive care sunt transportate prin vasele de sanguine ale tesuturilor interstitiale. Iata asadar ca gelul de Aloe vera poate reprezenta o importanta sansa de a actiona benefic intr-o asemenea boala. Nevoia organismului de nutrienti trebuie satisfacuta, caci tocmai lipsa lor conduce la simptomele de psoriazis. Am pregatit un amestec de uleiuri pe baza de jojoba, migdale dulci ciubotica-cucului, in asociere cu uleiuri de benzoe, bergamota, cajou si ulei de lemn de trandafir, cu care pacienta isi masa in fiecare seara pielea si urechile, spalandu-se apoi dimineata cu un sampon vegetal slab. Ca tonic dupa spalare i-am recomanadat cateva picaturi dintr-un amestec de uleiuri esentiale (bergamot, seminte de morcovi, musetel nemtesc, eucalipt si lavanda) amestecate in 100 ml de apa si aplicate cu pulverizatorul pe parul umed, pentru a fi sigur ca si pielea capului este umezita. Trebuia ca parul sa fie lasat sa se usuce in mod natural. Tratamentul a durat opt zile. Dupa doua zile crustele au disparut, lasand sa apara pielea roz si moale, fara prurit. Fata a utilizat Aloe vera mai multe saptamani la rand, dar la sfarsitul primei saptamani deja nu mai era necesar sa foloseasca amestecurile de ulei. Dupa un an boala nu recidivase."
ECZEMA: "Am avut in ingrijire copii si adulti, subiecti ai unor crize temporare de eczema. Insa nici una nu a fost asa de grava ca aceea pe care am tratat-o de curand la o fetita de 4 ani. Avea tot corpul acoperit de eczeme si trebuia sa se scarpine si sa-si produca sangerari susceptibile de infectare. Mama ei era foarte ingrijorata si mergea frecvent la medic pentru a-i prescrie marimea dozei de cortizon. I-am sugerat sa o imbaieze in apa de izvor comletata cu sare de la Marea Moarta si apoi sa aplice Aloe vera pe toate locurile afectate. De asemeni, fetita trebuia sa ia cateva inghitituri de suc de aloe si de alge salbatice (turcoaz). La inceput eczema s-a agravat, dar i-am recomandat sa pesevereze, convinsa ca situatia avea sa se

imbunatateasca. Au fost necesare sase luni pentru ca situatia sa se schimbe. Intre timp ii recomandasem si o modificare lenta, dar riguroasa a alimentatiei care fusese pana atunci bogata in produse lactate, dulciuri si produse din faina alba. Toate acestea trebuiau sa fie evitate.
Mama si fiica au suferit mult in timpul regimului, dar rezultatele obtinute au meritat eforturile. Cand eczema s-a stabilizat la un nivel mai lejer, am preparat un amestec lichid de Aloe vera si uleiuri esentiale de muscata, musetel nemtesc, ienupar, lemn de santal, lavanda si mirt, de aplicat peste tot corpul, in fiecare seara dupa baie. Eczema nu a disparut total, dar s-a vindecat 90% si fetita a putut din nou sa mearga la gradinita."

EFECTE PROMITATOARE IN MALADIA PARKINSON

Rosemary Titterington, fondatoarea si proprietara companiei Iden Croft Herbs din Kent, Marea Britanie, se bucura de reputatie internationala in domeniul terapiilor alternative.
"De multa vreme folosesc si recomand si altora Aloe vera. Aceasta planta se dovedeste extraordinar de valoroasa atunci cand o avem in casa si putem rupe o frunza pentru primajutor in caz de arsuri, basici, iritatii ale pielii si intepaturi de insecte. Totusi, nu este genul de "obiect" pe care-l puteti pune in bagaj cand plecati in calatorie! De aceea am apreciat posibilitatea de a folosi gel imbuteliat.
Din propria experienta si din relatarile clientilor mei, am constatat ca gelul este bun in caz de arsuri – are efect rapid asupra pielii (racorita intai cu apa rece) si asupra basicilor care urmeaza dupa arsura. Aplicand aloe si protejand rana cu un pansament, am reusit sa evit aparitia unei basici enorme, sa reduc umflatura si sa accelerez vindecarea fara cicatrice a unei arsuri la picior, pe care fiica mea si-o provocase cu apa fierbinte.
Am utilizat Aloe vera pentru eczema, piele uscata (in special la femeile in varsta), insolatie, intepaturi de insecte, iritatii de la caldura, piscaturi de urzici s.a.m.d. Este clar ca ea diminueaza si calmeaza mancarimile. Unii dintre clientii nostri au descoperit eficienta sampoanelor cu Aloe vera pentru probleme ale pielii capului, psoriazis si, in general pentru scalpul sensibil si parul uscat.
Am sfatuit cateva persoane care sufereau de maladia Parkinson sa bea gel de aloe si se pare ca efectele au fost notabile. Unele dintre acestea consuma in continuare gel si au constatat ca ii ajuta sa suporte mai bine tensiunea datorata eforturilor."

CALMEAZA IMEDIAT DURERILE

Kate Ker, membra a Asociatiei Britanice pentru Antrenament si Terapii autogene, este consilier in materie de stres ri recomanda Aloe vera in mai multe situatii.
CISTITA SI ACNEE: "Una dintre pacientele mele avea crize repetate de cistita, era foarte stresata si bea cantitati mari de cafea pentru a rezista. I-am recomanadat sa ia de doua ori pe zi gel de Aloe vera, timp de o saptamana, iar simptomele au disparut. Pacienta a aplicat local o crema cu aloe de fiecare dat dupa ce mergea la toaleta, ceea ce producea amelliorarea evidenta a durerilor. Ea s-a mirat totusi ca tubul s-a golit foarte repede, dar fiica sa, in varsta de 16 ani, a recunoscut ca folosise crema pentru a-si trata acneea de pe fata, partea superioara a trupului si umerii. Au cumparat atunci alte tuburi pe care le-au consumat rapid, mai ales ca si fratele a inceput sa utilizeze crema pentru acnee. Mama a scapat de cistita si mai mult decat atat, sase saptamani mai tarzu nimeni din familie nu mai avea un cos."
SINDROM DE IRITATIE INTESTINALA: "Mi-am indepartat pentru prima oara atentia asupra plantei Aloe vera cand una dintre clientele mele a fost afectata de serioase probleme cauzate de o iritatie intestinala. Aceasta afectiune este foarte dureroasa: spasmele se succed si constipatia alterneaza cu diaree violenta. Crizele apareau mai ales cand era in stare de stres sau dupa ce manca semipreparate, paine alba sau orez alb. Gelul de aloe ii calma imediat durerile si ii regla tranzitul intestinal pentru 24 de ore. Simptomele nu au mai reaparut, dar ea a continuat sa consume gel. Totusi, daca intrerupe tratamentul cateva zile, crizele reapar."

ALOE A SCAPAT PACIENTA DE BISTURIU

Adrian Blake s-a implicat in medicina alternativa de multi ani. El descrie doua dintre cele mai recente cazuri tratate cu Aloe vera:
"Jenny este o femeie de 48 ani care a venit sa ma consulte pe teme de homeopatie. Doisprezece ani ea s-a plans medicului generalist de dureri de stomac. Cu toate ca in perioada aceea a facut multe analize, nu i s-a depistat nimic. S-a internat in spital pentru investigatii mai detaliate. Operatia chirurgicala abdominala a scos la iveala mai multe puncte hemoragice a caror cauza nu a fost identificata. S-a decis, la intamplare, ablatia apendicelui...
Din nefericire, doua luni mai tarziu, durerile de stomac au reaparut si medicul generalist a considerat necesara o noua spitalizare. Atunci s-a decis extirparea spinei. In cursul urmatoarelor optsprezece luni a mers la medicul sau generalist care a urcat-o pe masa de operatie pentru ablatia vezicii biliare. Ca si dupa celelalte operatii, hemoragiile se diminuau pentru a

reincepe sase, sapte saptamani mai tarziu. In disperare de cauza, a venit sa-mi ceara ajutorul.
Femeia era traumatizata, in stare de soc. Trebuia deci sa-si recapete echilibrul. Parea devitalizata si prezenta mari probleme la nivelul absorbtiei si al digestiei diverselor alimente; nu avea pofta de mancare.
S-a decis utilizarea sucului de aloe pentru vindecarea organelor interne prin intermediul elementelor nutritive din planta, care aduc energie si fortifica organismul.
In prima faza am lasat-o sa bea atat suc cat putea suporta intestinul. Cateva zile a consumat pana la jumatate de litru in cantitati mici odata; ca urmare a acestui regim ne-a adus la cunostinta ca tranzitul intestinal devenise mai regulat. Doua saptamani mai tarziu apetitul ii crescuse. Dupa o luna era in forma buna.
A continuat tratamentul pentru urmatoarele trei luni, fara ca durerile si hemoragia sa reapara. Acum este capabila sa digere o alimentatie obisnuita si este multumita ca nu mai trebuie sa mearga la medicul generalist pentru noi operatii."

TESTELE HEPATICE S-AU IMBUNATATIT

Specializat la Clinica Albert Schweitzer in recuperarea bolilor cronice, doctorul Cristian B. a fost atras de proprietatile terapeutice ale plantei Aloe vera inca din timpul studentiei, cand si-a elaborat lucrarea de diploma in domeniul medicinei indiene traditionale Ayurveda. Astazi are o bogata experienta in tratarea cu aloe si succese remarcabile in practica terapiei naturiste.
"La inceput am recomandat pacientilor clasicul amestec de suc de aloe cu miere si vin, care este cunoscut si in medicina populara romaneasca. Aceasta combinatie este necesara pentru ca, in lipsa metodei de stabilizare, sucul de aloe se oxideaza foarte repede, iar eu nu cunosteam in acea perioada o alta modalitate de conservare.
Catorva pacienti care aveau acasa specia Aloe arborescens care creste in Romania, le-am sugerat sa extraga zilnic cu o seringa cu ac fin o anumita cantitate de gel pe care sa-l foloseasca imediat. In urma cu doi ani am vizionat un film de prezentare cu privire la modul de extragere si stabilizare a gelului de Aloe vera si m-am hotarat sa folosesc si sa recomand produsele care il contin. Ceea ce m-a convins a fost modul absolut ecologic si natural de cultivare a plantei si mai ales faptul ca nu se utilizeaza deloc conservanti chimici pentru pastrarea gelului. De exemplu, benzoatul de sodiu extras din frunze de mur pentru a stabiliza sucul de aloe reprezinta protectia maxima pentru bolnavi, iar o astfel de combinatie fitoterapeutica naturala inseamna un mare pas inainte, care apropie actul medical de legile si ritmurile naturii.

Personal, am recomandat gel de aloe in special pacientilor care sufereau de boli cronice si degenerative: cancer cu localizari cerebrale, genitale si mamare, hepatita cronica cu virus B sau C, diabet zaharat, hipertensiune arteriala sau cardiopatie ischemica. In urma rezultatelor spectaculoase pe care le-am remarcat, pot spune ca gelul de Aloe vera isi merita renumele; niciunul dintre pacientii pe care i-am avut in tratament nu a fost nemultumit de acesta alegere. Primele efecte care apar vizeaza imbunatatirea tonusului general si cresterea vitalitatii, ceea ce pentru un bolnav cronic este foate important, deoarece il incurajeaza sa mearga mai departe spre recuperarea deplina.
In cancer, Aloe vera joaca un rol foarte important atat prin efectul antioxidant pe care il are, cat si prin agentii antitumorali pe care ii contine, pusi recent in evidenta de cercetatorii japonezi. Pe de alta parte, planta stimuleaza sistemul imunitar prin cei douazeci si trei de imunostimulatori pe care-i contine. In cancer, limfocitele TK (killer – ucigase) au un rol important in distrugerea celulelor tumorale. Intotdeauna testele biologice au fost mai bune in cazul celor care au consumat gel de aloe, de aceea este indicat consecutiv curei cu citostatice. In tratarea anumitor afectiuni, am sociat gelul de aloe cu unele plante medicinale din flora noastra traditionala, cunoscute ca antitumorale si preparate sub forma de pulbere. Efectele au fost puternice si incurajatoare. De asemenea, a pus accent in cazurile de cancer pe respectarea unei diete echilibrate, pentru ca fara o cura alimentara de dezintoxicare, degeaba se administreaza gel de aloe. Rezultate foarte bune am obtinut si in unele cazuri de hepatita cronica. Gelul de aloe are efect antiinflamator si prin enzimele pe care le contine ajuta la regenerarea celulei hepatice. Testele enzimatice hepatice s-au imbunatatit in medie dupa o luna si jumatate de folosire a gelului de aloe, iar oboseala atat de caracteristica acestui tip de cazuri a fost eliminata mult mai usor.
Experienta mea in cazul recuperarii bolilor cronice ma face sa utilizez gel de Aloe vera cu multa incredere si sa-l recomand cu caldura celor aflati in suferinta."

SI-A REVENIT COMPLET DATORITA GELULUI

Aurelia Iolanda C. este medic primar de expertiza si de recuperare a capacitatii de munca. Anii trecuti i-au prilejuit descoperirea produselor pe baza de Aloe vera si o adevarata revelatie in ceea ce priveste medicina alternativa si posibilitatile naturale de vindecare. Iata doua cazuri semnificative in care aloe si-a confirmat calitatile de exceptie.
ULCER GASTRODUODENAL: "Ioan C., pacient in varsta de 46 de ani, a fost propus pentru interventie chirurgicala. Bolnavul a refuzat bisturiul, s-a

externat si a cotinuat tratamentul medicamentos, respectand totodata regimul alimentar. Boala a evoluat insa.
Ulcerul peptic si duodenal este o leziune primitiva, de forma ovala sau rotunda, localizata pe suprafata mucoasei, produsa de actiunea digestiva a secretiei gastrice acide. Tabloul clinic al ulcerului peptic este caracteristic, permitand uneori stabilirea diagnosticului prin istoricul bolii. Durerea, simptomul care atrage atentia prezinta anumite caracteristici: ritmicitate, periodicitate, intensitate, localizare, iradiere. Uneori durerea este insotita de jena si senzatie de presiune in epigastru (dupa mese copioase), constipatie, mai ales in perioadele acute, greata, varsaturi, sughit si hipersalivatie. Examenul de laborator care confirma diagnosticul este analiza sucului gastric, deoarece se stie ca fara acid nu exista ulcer. Examenul radiologic este cea mai importanta metoda de diagnostic al ulcerului, iar simptomul caracteristic radiologic este nisa, care corespunde craterului ulceros umplut cu bariu. Bolnavul pe care l-am amintit a avut toate aceste semne.
Una dintre cele mai grave urmari ale ulcerelor gastrice netratate sunt hemoragiile care conduc la o rata a mortalitatii mai mare decat in cazul ulcerelor duodenale. Iar daca hemoragiile sunt asociate cu perforatie, aceste cazuri au un prognostic si mai grav.
Am considerat important sa precizez notiunile de mai sus tocmai pentru a evidentia ce rezultate extraordinare poate aduce gelul de aloe folosit in tratamentul ulcerelor gastroduodenale.
In noiembrie bolnavul s-a hotarat sa inceapa acest tratament de patruzeci de zile cu gel de aloe, 50 ml pe zi, dimineata pe stomacul gol, si ceaiuri de aloe, un litru si jumatate pe zi, neindulcite. Dupa sase luni in care si-a revenit complet fara sa repete tratamentul, nu mai are simptome de nici un fel, ba mai mult, de sarbatori si-a reluat unele din vechile sale obiceiuri, chiar contraindicate: tutunul, cafeaua, ocazional alcoolul si consumul unor alimente care ii provocau inainte dureri si senzatii de arsura. I-am recomandat totusi inca o cura de gel de aloe si ceai, in perioada imediat urmatoare.
Studiile efectuate de-a lungul anilor au aratat ca planta de aloe determina o reducere de 80% a numarului de ulcere in formare si o vindecare de trei ori mai rapida a ulcerelor deja formate (1975). Alte studii de laborator au evidentiat faptul ca gelul de Aloe vera determina prevenirea a peste 85% din leziunile stomacale si ofera o rata de succes de peste 50% in vindecarea ulcerelor gastrice (1979). Bolnavii de ulcer doudenal tratati cu gel au aratat o vindecare completa, fara recidive pentru cel putin un an (1963). Astfel, administrat oral, gelul neutralizeaza acizii in organism, regland aciditatea stomacului, ajuta la dizolvarea grasimilor grele, detoxifica tubul digestiv si elimina constipatia."
CARDIOPATIE ISCHEMICA: "Istvan K., 62 de ani, are diagnosticul de cardiopatie ischemica si hipertensiva – forma dureroasa, angina pectorala

de efort, infarct miocardic anteroseptal si alt preinfarct in antecedente (este bolnav de zece ani).
Pacientul locuieste la tara cu sotia care sufera de astm, si ea sub tratament cu produse pe baza de aloe. Au o mica gospodarie, animale si gradina pe care trebuie sa le ingrijeasca singuri. Cand l-am examinat prima oara, starea sa generala presupunea astenie, adinamie, fatigabilitate la cele mai mici eforturi, chiar daca se deplasa doar prin casa pana la garaj, dureri precordiala, valori crescute de TA de aproximativ 200-220/100-120 mmHg, dispnee de efort, agitatie, insomnie. Era sub tratament medicamentos cand a fost de acord sa continue in asociere cu produse pe baza de aloe si cu alti suplimenti nutritivi pe baza de minerale – 60 ml pe zi, un ceai de aloe – 1,1/2 - 2 litri pe zi, si un extract natural de usturoi, de trei ori pe zi. Dupa zece zile de la inceperea tratamentului au scazut valorile TA la 160-170/90 mmHg, fata a prins culoare, pacientul a reusit sa faca treburi gospodaresti, fara sa oboseasca sau sa folosesca nitroglicerina, a devenit mult mai linistit, calm, doarme mai bine, respira mai usor. Neavand posibilitatea financiara de a continua tratamentul, pacientul s-a oprit deocamdata, dar starea generala este buna."

TRATEAZA CU SUCCES CIROZA

Sorin B., medic de familie, s-a convins de capacitatea terapeutica a plantei Aloe vera si chiar de superioritatea unui asemenea tratament in cazuri in care medicina conventionala s-a dovedit nepunticioasa.
"Calitatile plantei au fost binecunoscute si in Orient. Medicii ayurvedici din India au clasificat planta aloe conform principiilor acestui sistem medical milenar. In lucrarea Yoga ierburilor a doctorilor David Frawley si Vasant Lad gasim: "Aloe (...) Kumari, o fata tanara sau o virgina"; denumirea se datoreza faptului ca planta poseda si transmite energia tineretii si determina regenerarea organismului feminin (...) Indicatii: febra, constipatie, obezitate, stari inflamtorii ale pielii, inflamatii ale glandelor, conjunctivite, icter, hepatita, ficat sau splina marita, herpes, boli venerice, amenoree, dismenoree, menopauza, vaginite, tumori, viermi intestinali," (Kumari este denumirea indiana a plantei, iar Lu Hui este denumirea chineza). In medicina ayurvedica, planta este folosita in mod uzual, cunoscuta pentru gustul amar si capacitatea de a purifica organismul si de a reduce febra.
In practica, lucrul cu produsele din aloe (foarte eficiente de altfel), intampina unele dificultati din partea celor care, intr-un fel sau altul, au tangenta cu domeniul terapeuticii – medici, farmacisti, pacienti. In afara lipsei de informatii, mai apare scepticismul (motivat adesea de ineficienta tratamentelor alopate in boli mai grave sau usoare) si inertia vechiului, combinata cu frica sau repulsia fata de tot ceea ce este nou. Majoritatii oamenilor i se pare mai comod, mai confortabil, mai logic sa-si

administreze tablete si injectii pe termen nelimitat (sau foarte lung), sa se supuna la operatii mutilante, dificile sau periculoase (care uneori nici nu sunt neaparat necesare) sau iradieri (cu consecinte foarte neplacute), in loc sa accepte un tratament natural, care ar rezolva aceeasi problema in cateva saptamani sau luni.
Unii dintre medicii alopati au o anumita doza de dogmatism si nu admit eficienta tratamentelor naturale, desi esecurile lor terapeutice pe linie alopata sunt numeroase. Farmacistii isi motiveaza lipsa de receptivitate prin concurenta pe care produsele naturale o fac celor alopate.
Avantajul de exceptie al produselor din Aloe vera il reprezinta lipsa aproape totala a reactiilor adverse si a contraindicatiilor. Ca medic generalist, stiu ca un tratament cu tablete antiinflamatorii, administrat unor pacienti cu boli reumatismale, risca sa produca, secundar, probleme cu stomacul si aparitia de edeme sau acumulari anormale de lichid sub piele. Tratamentele cu medicamente care reduc tensiunea arteriala, in cazuri de hipertensiune arteriala, produc adesea ameteli (cu riscul pierderii cunostintei). Anumite antibiotice, din clasa aminiglicozide, desi eficiente in lupta contra unor infectii cu microbi virulenti, sunt extrem de toxice, avand si efecte negative, consecutive pentru rinichi sau aparatul auditiv. Bolile canceroase, desi tratate prin medicamente alopate, iradieri si operatii mutilante, conduc de multe ori pacientii catre o moarte prematura.
Stiind toate acestea, avantajul tratamentului natural cu aloe mi se pare indiscutabil. Experienta mi-a demonstrat-o. Un pacient cu un vechi psoriazis (bolnav de mai multi ani) si cu ciroza hepatica iatrogena – deci produsa de excesul de medicamente administrate o perioada indelungata – a fost vindecat de psoriazis intr-o luna, cu produse din aloe (ceea ce unguentele si cremele din farmacii nu reusisera in ani de zile). O pacienta si-a vindecat o tumora la san cu unguente pe baza de aloe (pana a observat ca tumora s-a resorbit total). Cazurile de hepatite, ciroze sau chiar cancere ale ficatului ameliorate sau chiar vindecate sunt, de altfel, numeroase.
Tratamentul cu aloe apare de aceea ca o ultima solutie pentru unii pacienti disperati care spun ca "au incercat totul (acupunctura, tratamente prin bioenergie, regimuri drastice, interventii chirurgicale etc.), dovedindu-si eficienta in numeroase cazuri."

ARSURA DE GRADUL II S-A VINDECAT IN OPT ZILE

Aurora R., medic generalist, a experimentat remediile naturale pe baza de aloe. Ea prezinta cateva dintre rezultatele cele mai spectaculoase pe care le-a avut.
"Pacientul in varsta de 34 de ani a venit cu diagnosticul de rinita alergica si conjunctivita alergica la polen, complicata cu crize nocturne de sufocare prin spasm glotic, care debutasera in urma cu treisprezece ani. Bolnavul

avea testele alergologice efectuate si sustinea diagnosticul prin evidentierea reactiei alergice la polen; cu toate ca se tratase cu antihistaminice diverse, nu a obtinut nici un rezultat notabil. Rinoreea abundenta persista, conjunctivita era la fel de suparatoare, sufocarile nocturne ii creau o stare anxioasa accentuata. In plus, utilizarea antihistaminicelor, chiar si a celor de ultima ora, ii dadea o stare de somnolenta si apatie accentuate. Avea dificultati in concentrarea la locul de munca si condusul masinii il obosea foarte mult.

In primavara a optat pentru utilizarea unui tratament natural ranuntand la antihistaminice. A luat un gel de Aloe vera (doua linguri pe zi), un supliment nutritiv si polen. Mentionez ca a inceput cu un sfert de tableta de polen pe zi, doza care a crescut-o progresiv pana la doua tablete pe zi, in scopul desensibilizarii la polen.

Rezultatele au fost exceptionale. Intrucat administrarea produselor s-a realizat chiar de la primele semne ale manifestarii alergiei, nu a mai avut niciunul dintre simptomele suparatoare mai sus mentionate. Dupa incheierea tratamentului a trecut foarte usor peste perioada dificila a anului (mai-iulie), care in trecut ii era extrem de neplacuta. N-a mai fost nevoie sa ia produsele mai mult de o luna, deoarece nu a mai avut nici un simptom de alergie.

Un alt pacient, in varsta de 45 de ani, cu o arsura de gradul II/III prin flama electrica, ajunge la consultatie cam la doua saptamani de la producerea accidentului, timp in care a incercat diferite produse farmaceutice, fara imbunatatiri notabile.

Cand l-am examinat prima data avea mana foarte tumefiata, cu leziuni multiple, prezentand cruste sub care se supuratie, in special la nivelul falangelor, ceea ce implica riscul de a se ajunge in scurt timp la osteomielita. In plus, avea dureri insuportabile.

I-am prescris o solutie de aloe in combinatie cu propolis si extracte din mai multe plante, aplicat dupa spalare locala cu o solutie de rivanol pe care o folosea deja. Rezultatele au fost spectaculoase. Dupa douazeci si patru de ore mana se dezumflase aproape complet, nu-l mai durea, supuratia aproape incetase. In decurs de opt zile vindecarea a fost completa, iar pacientul a putut sa-si reia serviciul.

Ca medic, am considerat intotdeauna ca ar trebui sa prescriu doar remediile pe care le-am testat si eu. De aceea am optat pentru fitoterapia ayurvedica (medicina traditionala indiana), produsele cu aloe fiind un ajutor inestimabil pentru ceea ce mi-am propus. De asemenea, am convingerea ca este util sa previn aparitia bolii si ca aceasta ar trebui sa fie o latura preponderenta a medicinei. In acest sens, produsele naturale pe baza de aloe sunt intr-adevar extraordinare, deoarece pot fi folosite cu succes de catre oricine. Eu le-am administrat frecvent celor sanatosi care, constienti

ca duc o viata prea stresanta, prea alerta, ca se supun la eforturi intelectuale fizice si psihice mari, au dorit sa previna aparitia imbolnavirilor.
Ceea ce am sesizat si personal, folosind produse naturale pe baza de aloe, dar si prescriindu-le celorlalti, este faptul ca aduc o stare de bine si de mare confort launtric, favorizand revenirea la calm si pace interioara; in plus, au un efect antidepresiv care se instaleaza rapid si dureaza, fara niciunul din efectele adverse ale preparatelor alopate. De asemenea, au o capacitate de hranire subtila care te face sa te simti implinit nu doar fizic, ci si emotional si afectiv."

DUPA TREI SAPTAMANI CALCEMIA ESTE NORMALA

Medic generalist, Paula F. a obtinut la randul sau rezultate spectaculoase cu Aloe vera. Cateva dintre ultimele cazuri pe care le-a tratat confirma inca o data calitatile remarcabile ale plantei care vindeca.
"Pacientul in varsta de 92 de ani sufera de hipertensiune arteriala – forma medie, reumatism cronic si ulcer varicos in treimea medie a gambei stangi. Plaga aparuta in urma cu trei ani are aproximativ 3/3 cm. A inceput tratamentul cu un gel de aloe, 2x20 ml/zi, iar extern pe plaga a aplicat ziua acelasi gel, imbunatatit cu extracte de plante, si o crema de aloe si propolis, in timpul noptii. In jurul plagii a aplicat zilnic crema pe baza de aloe care a contribuit la combaterea edemului gambei si la stimularea circulatiei locale. Dupa aproximativ o saptamana plaga a inceput sa se micsoreze vizibil, a aparut tesut de granita in centrul plagii si pe marginile acesteia; dupa o luna a aparut sensibilitatea locala, in mijlocul plagii s-a format o "punte" de tesut sanatos, intre doua plagi mai mici, care au evoluat spre vindecarea totala in aproximativ inca o luna de tratament.
Datorita curei interne cu suc de aloe si un supliment nutritiv pe baza de minerale, starea generala a pacientului s-a imbunatatit, a disparut oboseala si s-au atenuat foarte mult durerile articulare. Pentru consolidarea efectelor obtinute a mai folosit in continuare suc de aloe 2x20 ml/zi.
Un alt pacient cu diagnosticul de colita si prostatita cronica a inceput tratamentul cu gel de aloe – cateva linguri zilnic, aproximativ 20 ml, apoi a continuat cu suc de aloe in combinatie cu merisor (tot 2x20 ml/zi). A sesizat o reducere simtitoare a simptomatologiei specifice, practic s-a redus frecventa mictiunilor, iar scaunul s-a normalizat. In prezent continua tratamentul cu sucul de aloe imbunatatit, care i s-a parut mai potrivit datorita efectului antiinfectios si puternic stimulent, hranitor si tonic.
Semnificativ este si cazul unei paciente in varsta de 43 de ani cu post de raspundere solicitant si stresant, care se confrunta cu dureri zilnice de cap, atat matinale, cat si in timpul serviciului. Migrenele nu cedau la nici una din antialgicele obisnuite. A inceput o cura cu gel de aloe, 2x15 ml/zi, si cate o tableta cu minerale zilnic, timp de zece zile. In aceasta perioada au

disparut complet durerile de cap, iar starea generala s-a imbunatatit, tonusul psihic si mental au crescut si, dupa propria declaratie, s-a simtit alt om. A continuat tratamentul cu minerale – o tableta la doua zile, iar dupa doua saptamani o tableta la trei zile. Starea generala se mentine foarte buna.
Rezultate spectaculoase a obtinut si o bolnava in varsta de 56 de ani cu spondiloza si nevralgie Arnolg care nu ceda nici la masaj terapeutic. A inceput sa folosesca o crema termogena pe baza de aloe in aplicatii si masaje locale zilnice. Dupa aproximativ o saptamana durerile au disparut.
Gelul de aloe s-a dovedit, de asemenea, foarte util si pentru o tanara cu hipocalcemie (datorata lipsei de asimilatie a calciului), care se confrunta si cu caderea parului. A inceput tratament cu tablete pe baza da minerale 3x1/zi. Local a aplicat pe cap, de doua ori pe zi, gel de aloe. Dupa aproximativ trei saptamani calcemia a ajuns la normal, iar vitalitatea parului a crescut considerabil. In prezent continua tratamentul cu tablete pe baza de minerale 2x1/zi."

ERA PE MOARTE, DAR S-A INSANATOSIT

Ana Maria V. a studiat medicina generala in paralel cu proprietatile plantelor si efectele lor asupra organismului uman. Gelul de aloe i-a atras atentia prin ameliorarile si vindecarile pe care le-a facut cu putinta.
CIROZA HEPATICA: "Sever C., din Tg. Jiu, a fost diagnosticat cu aceasta afectiune grava inca din 1995. Timp de patru ani a urmat mai multe tratamente alopate si naturale (in special ceaiuri), dar in iunie 1999 starea i s-a inrautatit alarmant. Slabise foarte mult, analizele erau dezastruase, iar medicii i-au mai dat o speranta de viata de maximum doua, trei luni. In acel moment pacientul s-a decis sa inceapa cura cu gel de aloe. Dupa o luna castigase vizibil in greutate, dupa doua luni, rezultatele analizelor se imbunatatisera simtitor, dupa cinci luni, boala era aproape vindecata, iar dupa aproape cativa ani de cand se asteptase sa moara, starea de sanatate este excelenta."
ALCOOLISM CRONIC: "Datorita dependentei de bautura, pacienta L.G., in varsta de 60 de ani, s-a imbolnavit de ciroza. Internarile sale repetate pentru dezalcolizare au avut insa rezultate minime pana cand a inceput sa urmeze o cura interna cu gel de aloe (3 linguri de 2 ori pe zi, pe o perioada de doua luni). In final, i-a disparut complet dorinta de a consuma alcool, ciroza a fost aproape vindecata, fapt confirmat si de analizele care i-au uluit pe medici."
FORMA SEVERA DE ALERGIE: "Pacienta Ioana P., de 16 ani, suferea de trei ani de alergie la frig, forma severa, cu edem, craparea pielii si infectarea ranilor. Boala se agravase de la o iarna la alta, iar tratamentele alopate nu au fost de nici un ajutor. Doar dupa o saptamana de administrare interna a unui gel de aloe si extern a unei solutii pe baza de aloe, mai multe

plante medicinale si propolis, ranile s-au cicatrizat. Dupa doua saptamani mai erau vizibile cateva pete rosii, iar dupa inca o saptamana orice semn al bolii disparuse, in ciuda faptului ca afara era la fel de frig. Simptomele nu au reaparut nici anul urmator in sezonul rece."
POLIARTRITA REUMATOIDA: "Bolnava suferea de deformari si dureri articulare insuportabile. Zilnic folosea aspirine si Ketoprofen. I-am recomandat sa renunte la cafea, alcool si carne, deoarece aportul ridicat de toxine ii inrautatea situatia. Pacienta a folosit gel de aloe pentru uz oral si extern un unguent termogen pe baza de aloe. Dupa patru saptamani durerile disparusera complet."

Capitolul 8

CU MINE S-A FACUT O MINUNE

Acest capitol prezinta marturiile celor care au experimentat personal capacitatea produselor pe baza de Aloe vera de a ameliora si vindeca bolile. Desigur, nu este vorba despre indemnul de a inceta orice tratament alopat prescris de medic. Pur si simplu va veti familiariza cu observatiile oamenilor pentru care aceasta planta legendara s-a dovedit de mare ajutor, transformandu-le viata chiar si dupa ani de suferinta.
Asa cum am subliniat deja, Aloe vera nu este un medicament, ci un mijloc oferit organismului de a se vindeca singur. Situatiile de fata sunt selectate din mii de relatari pe care le-au facut pretutindeni in lume cei care s-au bucurat de binefacerile acestei plante exceptionale. In unele situatii am modificat numele acestor oameni, cu scopul de a le respecta anonimatul. Pe langa cazurile inregistrate in alte tari, am consemnat si experiente remarcabile care au avut loc in Romania.

A SUPRAVIETUIT DATORITA PLANTEI ALOE

Maria A. are artrita reumatoida. Acum un an era foarte bolnava. Ajunsese la 45 kg si zacea in pat tot timpul.
"Doctorii nu mai puteau face nimic pentru mine. Foloseam multe creme, luam medicamete cu pumnul, dar nimic nu mi-a adus vreo schimbare. Durerile erau practic insuportabile, iar noaptea nu ma lasau sa dorm. Cand am auzit de Aloe vera mi-am zis: Bine, o s-o incerc si pe asta. Am inceput sa beau 150 ml de suc pe zi. Dupa aproape o luna si jumatate am inceput sa ma simt mult mai bine, am fost in stare sa ma dau jos din pat, sa ma imbrac si chiar sa cobor scarile pana in fata casei. Hainele imi erau inca prea largi si o vreme a trebuit sa port imbracaminte cumparata de la raionul pentru copii.
Cand m-am intremat si m-am ingrasat, am redus doza de gel la 100 ml pe zi si am continuat sa folosesc o crema termogena pe baza de aloe, in special pentru maini. A avut un efect extraordinar. In prezent am 65 kg si am revenit la vechile haine.
Fara aloe nu cred ca as fi supravietuit. Acum beau doar 50 ml gel pe zi ca sa rezist, sa ma mentin in punctul in care am ajuns. Sufar in continuare de artrita, dar ma simt mult mai bine si traiesc din plin bucuria de a fi in viata. Fara sprijinul plantei aloe nu cred ca ar fi posibil."

DUPA O LUNA REZULTATELE SUNT EXCEPTIONALE

Radu B. sufera de hepatita cronica, antigen prezent. Dupa o cura de aproape doua luni in care consuma gel de aloe si produse naturale pe baza de vitamine si usturoi, problemele hepatice de laborator se normalizeaza si ating valori admisibile. Cura continua.
"Am cheltuit o groaza de bani pe tot felul de medicamente, m-am tratat mai mult de un an cuSilimarin si Essentiale, dar analizele erau constant foarte proaste. Faceam teste la doua-trei luni odata si traiam cu spaima ca data viitoare voi afla ca am ciroza. Simteam ca ma scurg pe picioare. Nu-mi puteam permite sa renunt la munca; am familie, trebuia sa rezist, dar cand veneam seara acasa nu mai eram bun de nimic. Ce mai, imi cam pierdusem speranta sa traiesc o viata normala! Eram foarte deprimat. Ma simteam mereu fara vlaga, dar oricat de mult as fi dormit, nu reuseam sa scap de oboseala. Aveam o stare permanenta de greata, de sfarseala; parca ma filma cineva cu incetinitorul... Nu mai suportam anumite mirosuri, mancaruri nici macar dintre cele care imi placeau inainte.
Ajunsesem sa imi doresc sa mananc niste castraveti proaspeti si nu puteam. Dupa ce am luat Aloe vera si alte produse naturale, am inceput sa-mi revin. Nu-mi venea sa cred, dormeam mai bine, disparuse greata, in cateva saptamani puteam sa fac eforturi fara sa ma epuizez, iar dupa o luna si jumatate rezultatele au iesit extraordinar! Si stiti care e vestea cea mare? Pot sa mananc si castraveti. Sunt foarte gustosi!"

NATURA A REUSIT UNDE AU ESUAT SPECIALISTII

Daniela T., 62 de ani, a avut experienta neplacuta a unei polialergii de contact. S-a tratat cu solutie de aloe cu extract de plante si propolis, o crema pe baza de aloe si tablete de polen. Simptomele nu au mai reaparut dupa incheierea curei.
"Doi ani la rand am fost la rudele mele in Statele Unite, unde am ramas cate sase luni. Dar nu ma duceam in vacanta, ci pentru tratamentul unei alergii foarte incapatanate. Am facut nenumarate analize, am luat medicamente, m-au vazut foarte multi doctori. Scapam de boala pentru cel mult doua luni, iar cand revenea, alergia era parca si mai grava.
Praful, parul de animale, fanul, polenul, puful, detergentul, toate acestea ma faceau sa ma umflu si sa ma inrosesc pana ajungeam de nerecunoscut. Ce sa mai spun de mancarimea pe care o aveam! Era insuportabil. La prima intalnire cu produsele aloe eram aproape desfigurata. Ochii erau practic doua fante inguste, asa de tare mi se umflasera. Medicul care mi l-a recomandat m-a dat chiar la consultatie cu o solutie de aloe cu extract de plante si propolis. Intai a inceput sa se retraga umflatura nasului, apoi a

barbiei si a ochilor, iar dupa vreo ora fata era trei sferturi dezumflata. Surpriza mea a fost sa gasesc in Romania ceea ce cautasem de ani de zile. Am inceput sa folosesc de cateva ori pe zi aceasta solutie. Seara ma dadeam cu crema de aloe si am luat gradat una, doua, trei, patru optimi de tableta cu polen, pana am ajuns la o tableta pe zi, iar la o tableta si jumatate m-am oprit. A trecut un an si sase luni de cand am incheiat aceasta cura cu produse naturale si n-am mai avut nici cea mai mica problema cu alergia."

A SCAPAT DE DURERI INFIORATOARE

Emilia R. n-a dormit niciodata cu Biblia pe noptiera, dar in ultima vreme spune ca exista miracole. Are 76 de ani si osteoporoza algica vertebrala i-a facut viata un chin. La un moment dat a descoperit un suc de Aloe vera, un supliment nutritiv cu minerale si altul cu vitamina C. Dupa aproximativ doua luni de folosire intensiva a acestor produse naturale, durerile distribuite pe toata coloana vertebrala cedeaza aproape complet, iar ea reuseste sa fie din nou, la propriu, pe picioarele ei.
"Aveam mereu dureri, ziua si noaptea, deja nu mai rezistam. Eram singura cuc intre patru pereti si abia ma puteam misca. Intr-o seara am cazut in baie si n-am putut sa ma mai ridic. Am fost nevoita sa rezist acolo, pana a doua zi dimineata, cand a venit o vecina sa vada ce mai fac.
Locuiesc la curte, dar nu mai iesisem din casa de un an si jumatate. Nu ma tineau picioarele. Vecinii imi cumparau de mancare si ma ajutau care cum se pricepea, dar ce sa-mi faca? Stateam la pat si ma vaitam, simteam ca mai am un pic si innebunesc. Parca imi frangea cineva coloana, nici nu mai aveam lacrimi sa plang.
Am baut zilnic suc de aloe si am luat pastilele naturopate pe care mi le-a recomandat doctorul, iar dupa vreo trei saptamani m-au lasat durerile. Am inceput si eu sa mai fac treaba prin casa, sa ma misc, sa ma duc chiar si pana in curte. S-a indurat Dumnezeu si de mine, parca mi-a dat viata a doua oara. Ei, si daca ma mai inteapa asa, nici nu mai bag in seama durerile de-acum, ca pot se le duc. Nu stiu cum sa zic, dar s-a facut o minune cu mine."

N-A MAI RAMAS NICI URMA DE ARSURA

In ziua de Craciun, Andreea V. si-a rasturnat accidental o cratita cu apa clocotita peste mana. A primit de urgenta ingrijirile medicale necesare, cu indicatia de a reveni peste trei zile la consultatie, caci arsura nu era prea grava. Schimband pansamentul, femeia a fost uimita de aspectul urat al arsurii care acoperea doua treimi din mana; basicile o impiedicau sa indoaie degetele. I s-a recomandat sa revina peste alte trei zile. Dupa trecerea acestei perioade, basicile disparusera, dar pielea crapata era intr-o stare mai

rea decat inainte. Medicii au prevazut ca durata de vindecare a pielii va fi de cinci luni. Andreea povesteste:
"In ziua urmatoare, am folosit o crema cu aloe si propolis de cate doua ori pe zi, aplicand inainte si putin gel de aloe pe rana. Cinci zile mai tarziu imi scosesem pansamentul si puteam spala vasele cu detergent. Rana se cicatrizase, nu se mai observa decat o pata roz; toata familia era uimita, pantru ca facusem fotografii inainte si dupa, iar diferenta era uimitoare."

S-A VINDECAT CAND PIERDUSEM ORICE SPERANTA

Stefan L. este o persoana foarte dinamica. Daca il vezi dimineata cand face lung plimbari pe jos, nu-ti vine sa crezi ca a petrecut doua luni in stare grava, pe patul de spital. Si-a revenit neasteptat de repede, iar experienta care l-a adus in pragul mortii l-a invatat multe si despre boala lui, iar despre gelul de aloe care l-a pus pe picioare vorbeste cu entuziasm.
"Pana sa ajung la analize, n-am avut semne ca se petrec chestii ingrijoratoare in interiorul meu. Totul parea in regula, mancam normal, nu simteam nici un fel de durere, nu ma incomoda nimic. Totusi, aveam o temperatura care varia intre 37 grade dimineata si 38 cu 2 dupa-amiaza. Asta m-a facut ca dupa cateva saptamani sa merg la spital pentru investigatii. Primele analize n-au aratat despre ce este vorba, nici radiografiile, nici tomografiile nu i-au putut lamuri pe doctori. Abia cand m-au deschis, au descoperit ca aveam o tumora cat un cap de copil si mi-au pus diagnosticul: formatiune neoplazica proliferantiva in hipocondrul stang, ocultata de organele din zona.
Realitatea era chiar alarmanta; tumora principala patrunsese in diafragma, iar in partea inferioara penatrase colonul, alti doi polipi se dezvoltasera pe peretele din spate si vezica biliara lenasa, cu pereti ingrosati, era plina de calculi mai mari de 1 cm. Chirurgii au fost surprinsi de un asemenea "peisaj". Foarte extinsa si cu risc mare, interventia lor a durat sase ore, dar a fost reusita.
Timp de o saptamana totul a mers struna. Intr-a opta zi de la operatie a aparut in colon o fistula. De aici mi s-au tras numai necazuri. Au inceput sa ma inunde materiile fecale care ieseau prin aceasa fistula. Nicinu mai putea fi vorba de mers, de plimbat, nu mai reuseam sa ma ridic in picioare si nici macar sa stau in capul oaselor.
Asta a tinut aproape o luna. Nimeni nu mai avea sperante pentru mine. S-ar fi putut face a doua operatie si sa se foloseasca temporar solutia anus contra naturii, pana la inchiderea fistulei, apoi o a treia interventie chirurgicala. Am refuzat pentru ca speram ca exista totusi ceva dincolo de stiinta si de posibilitatile medicale actuale.
La inceput am privit foarte neincrezator gelulde aloe. Acum stiu ce calitati are si nu din citite, ci verificate de mine. Ajunsesem sa nu mai pot manca

nimic, nu-mi mai era foame, nu mai suportam nici lichidele; in perioada aceea am slabit 20 de kg. Dupa ce am inceput sa beau gel de aloe, intr-a sasea zi, fistula se micsorase foarte tare. Am inceput sa ma simt mult mai bine, am putut sa ma ridic in capul oaselor, mi-a revenit si pofta de mancare, iar eliminarea materiilor fecale prin fistula a scazut pana s-a oprit total.
Intr-a zecea zi am putut sa ies si sa ma plimb prin curtea spitalului. Am continuat cu sus de Aloe vera si cu un produs natural care impiedica formarea anumitor tipuri de metastaze. Am capatat incredere totala in aloe, in efectele sale exceptionale. Voi folosi in continuare gel, pana la vindecarea completa. Oricum, deja am castigat in greutate, mi-a revenit vigoarea, mi-am reluat munca, ma simt ca nou-nascut."

O RANA VECHE S-A CICATRIZAT IN CATEVA LUNI

Acum sase ani a facut ulcer varicos pe gamba dreapta. O vreme a suportat, dar cand a ajuns medicul naturist, Maria S. avea o rana atat de adanca, incat se vedeau oasele piciorului. A utilizat cateva luni o solutie pe baza de aloe si extracte din mai multe plante, o crema pe baza de aloe si propolis, iar intern gel de aloe. Rana este aproape inchisa, foarte mica in prezent. Tratamentul continua.
"Am varice de treizeci de ani. Dar acum sase ani au ulcerat, s-au spart si cu timpul s-au facut rana. M-am speriat foarte tare. Am apelat la medicii de specialitate, dar niciunul dintre medicamentele prescrise nu mi-a folosit. Numai Dumnezeu stie ce-am pus si ce n-am pus pe rana ca sa ma vindec. Toate prafurile, toate ierburile, toate cremele straine, toate leacurile babesti. Si pe la cate spitale n-am fost!
Cand am descoperit planta de aloe, rana supura ingrozitor, piciorul ajunsese carne vie, nu era de aratat la nimeni asa ceva. Aveai loc sa bagi mana, se facuse un sant in gamba mea. Medicul naturist a fost rezervat si i-a zis ca produsele cu aloe sunt foarte bune si pot ameliora ulceratia, dar dupa aceea o sa fie probabil nevoie de grefa. Ca el nu-mi promite, nu vrea sa ma amageasca, dar sa am incredere, sa urmez tratamentul si Doamne-ajuta, sa mearga!
Am inceput sa folosesc intai o crema cu aloe. Dupa ce am terminat tubul m-am dat de trei ori pe zi cu solutie de aloe si extract din plante, iar apoi cu o crema de aloe si propolis. Primele doua luni am baut gel si dupa doua saptamani deja am avut semne ca rana incepe sa se inchida. Se vindeca vazand cu ochii. Ce nu am reusit in sase ani, cat a mers din ce in ce mai rau, s-a petrecut in cateva luni. Rana s-a inchis (acum mai e cam 1 cm pe 4 de la 18 cm pe 8) si n-am mai avut nevoie nici de grefa de piele. Familia mea a fost asa de bucuroasa ca nu ma mai chinui, m-a incurajat tot timpul. Nu stiu cum sa-I multumesc lui Dumnezeu ca m-am facut bine."

ALERGIA A DISPARUT FARA URMA

Valentina M. a avut ani de zile polialergie atipica. A utlizat un gel de aloe imbunatatit cu suc de fructe, cate 100 ml zilnic, si o solutie de aloe cu extract din plante si propolis, impreuna cu produse naturale pe baza de minerale, polen si plante. Tratamentul s-a incheiat cu succes deplin dupa sase saptamani.
"In camera mea nu mai aveam de ani de zile covor, perdele si paturi, iar pentru dormit foloseam o perna gonflabila. Am fost la cei mai buni alergologi, m-am tratat cu medicamente scumpe, am incercat vaccinuri pentru desensibilizare... Fara rezultat. Un fir de par, o pana cat de mica si chiar unele alimente imi produceau niste reactii foarte violente. Mi se injectau ochii, imi lacrimeau, nasul imi curgea, tuseam, ma inroseam si ma umflam; daca mancam vreo prajitura, un pateu, conserve, dar si daca mancam paine, vinete sau spanac. Starea de acum doi ani a pus insa capac la toate. Invatam pentru facultate si cum deschideam o carte mai veche, apareau simptomele. Eram disperata, nu stiam ce sa mai fac.
Am avut sansa sa aflu despre niste remedii cu aloe. Mama mea a fost curajoasa si m-a convins sa le incerc. Am luat 100 ml suc de aloe cu suc de merisor si pastile de polen in doza crescatoare. Extern am folosit doar o solutie de aloe cu extracte din plante, iar intr-o luna si jumatate alergia adisparut fara urma. De-atunci am inceput sa duc o viata normala, sa mananc normal, sa nu ma mai feresc de toate cele. Si am trecut cu bine si de primavara (cand ajungeam la capatul puterilor datorita alergiei), si de vara, si de toamna urmatoare."

I-A CRESCUT PARUL DUPA ANI DE ALOPECIE

Mihaela R. este foarte recunoscatoare plantei Aloe vera si face o marturisire impresionanta.
"Handicapul care m-a chinuit cincisprezece ani a disparut. In tot acest timp nu mi-a crescut nici un fir de par pe cap. Am scapat de acest cosmar, datorita plantei Aloe vera. Sunt fericita!
Am 32 de ani. In urma cu cincisprezece ani mi s-a pus diagnosticul de alopecie cicatriceala. M-am internat in salonul unui renumit profesor universitar care, in urma analizelor si a diferitelor tratamente pe care le-am incercat fara nici un fel de rezultate mi-a propus testarea in premiera a unui medicament sub forma lichida (o solutie pentru frictionarea pielii capului). Din pacate, datorita unei erori – o concentratie prea mare de acid, am suferit arsuri grave pe intraga suprafata a scalpului si am intrat in coma pentru trei zile. Dupa ce mi-am revenit au urmat alte suferinte: tratarea

acestor arsuri care m-au desfigurat si m-au lasat fara nici un fir de par capilar.
Timp de doi, trei ani am fost efectiv ca o salbaticiune, nimeni nu putea vorbi cu mine, stateam inchisa in camera si nu voiam sa vad pe nimeni, aducandu-mi parintii la exasperare. Am inceput sa fac tot felul de tratamente pe la diferiti medici de renume si sa incerc o multime de leacuri babesti. Am cheltuit milioane cu medicamentele, cu drumurile in tara si cu perucile (penru o singura bucata, de pilda, plateam 100 de dolari si nu o puteam folosi decat maximum patru luni), am apelat la Crucea Rosie Internationala in speranta descoperirii unui tratament care sa-mi redea parul pierdut, dar nu am obtinut nici un rezultat. Radacina era arsa, distrusa, asa ca ce sanse de regenerare putea avea parul meu?
Cu timpul am inceput sa ma obisnuiesc cu ideea si am renuntat la gandul ca voi mai avea vreodata infatisarea mea normala. Pana in ziua cand am aflat de Aloe vera. Dupa cincisprezece ani, cand nu mai credeam in nimeni si nimic legat de vindecarea mea, am auzit de aloe si ceva mi-a spus: incearca!
Nu stiam unde sa gasesc aloe, nu stiam cum arata, daca va avea vreun efect, nu stiam nimic. Stiam doar ca o oarecare cunostinta a unei vecine s-a vindecat cu aloe. Dar cine, cum, cand, unde? Habar n-aveam. Totusi un licar de speranta mi-a dat impulsul sa caut. Deoarece nu gaseam, an devenit in scurt timp nervoasa, irascibila. Iar sansa era chiar sub nasul meu!
Am aflat in cele din urma ca matusa unui coleg de serviciu poate sa-mi procure cele necesare. Eram atat de fericita! Chiar daca nu stiam cat ma vor ajuta, aveam mari sperante si am promis sa vorbesc tuturor despre aloe daca vor avea intr-adevar efecte, pentru a face bine si altor oameni bolnavi care n-au auzit despre aceasta planta.
Am inceput sa folosesc la sfarsitul lui octombrie 1999 un sampon cu aloe si jojoba si dupa trei saptamani mi-a aparut pe cap un puf fin. Dar odata ce am inceput sa beau si gel de aloe, rezultatele au fost miraculoase: mi s-a desprins un strat de piele ca la nou-nascuti, iar parul meu a renascut! Dupa cincisprezece ani, radacina s-a regenerat si tot capul s-a acoperit de par. Dupa cincisprezece ani pot sari in bazin la strand fara teama ca peruca va ramane la suprafata apei. Barbatii ma privesc de-acum cu alti ochi, ca pe o femeie pe care o pot mangaia tandru pe cap, nu mai intalnesc priviri batjocoritoare, nu mai aud chicoteli si tot felul de comentarii dureroase. Sunt fericita! Aloe vera mi-a redat bucuria de a trai si sentimentul ca sunt un om intreg."

ALOE L-A SALVAT DE AMPUTARE

Paul B., 66 de ani, are diabet zaharat si doi ani s-a lupat cu o gangrena diabetica acuta la piciorul drept.

"Sunt insulinodependent. Viata mea e foarte grea si sanatatea mereu in pericol. In 1998 am fost la un pas de dezastru. Din cauza bolii facusem o rana infioratoare la piciorul drept, deasupra degetelor, si oricate tratamente am folosit, nu se mai cicatriza. Dimpotriva, starea mi se inrautatea vazand cu ochii, nu mai puteam incalta pantoful, mergeam schiopatand si aveam dureri mari.
In iunie 1998 m-am internat la Spitalul Municipal Timisoara. Doctorii s-au uitat la mine, m-au intors pe toate fetele si mi-au propus ca ultima solutie amputarea piciorului drept. Am refuzat si m-am externat la cerere. Dupa o luna m-am internat din nou, de data aceasta la Spitalul Judetean. Am primit diagnosticul de diabet tip II insulinodependent complicat cu macroangiopatie diabetica, arteriopatie diabetica stadiul IV, gangrena antepicior drept. Rana ajunsese carne vie, mise vedeau ligamentele, nu ma mai puteam deplasa. Eram disperat, dar nici nu voiam sa ma gandesc la amputare. M-am externat si m-am intors acasa.
Printr-un noroc dumnezeiesc, fata mea, Rozalia, a intalnit o prietena care i-a vorbit despre aloe. Din prima clipa mi-am pus toata speranta in sucul de aloe si-am inceput sa-l folosesc cu multa incredere. Rezultatele nu s-au lasat mult asteptate. Am luat zilnic cate trei linguri de suc, iar pe rana am aplicat o solutie de aloe cu extract de plante si propolis si o crema de aloe. Inainte de a termina cel de-al doilea flacon de suc, rana incepuse sa se micsoreze si sa se cicatrizeze. Deja ma simteam mult mai in puteri si munceam iarasi in gospodarie. Am continuat tratamentul cu suc de aloe pana am terminat al treilea flacon, apoi am utilizat doar solutia si crema. Inainte de a se implini un an rana s-a inchis complet.
Tot satul a aflat despre acest miracol. Vecinii vin la noi sa ne ceara sfatul pentru probleme de sanatate. Nici n-am cuvinte sa multumesc pentru binele pe care mi l-a facut aceasta planta."

DE DOI ANI N-A MAI AVUT CRIZE DE COLITA

Timp de noua ani John D. a suferit de spasme intestinale. La cateva saptamani dupa ce a descoperit gelul de aloe si l-a consumat constant, starea lui s-a imbunatatit.
"Cauzele si consecintele colitei nu sunt aceleasi pentru toti. Suportam foarte greu alcoolul, hrana condimentata, fructele acide. Mai mult chiar, in perioadele de stres, inflamarea intestinului imi dadea si o tensiune interna, insotita uneori de dureri puternice si de diaree, iar alteori de constipatie. La fel de neplacute si una si alta.
Am urmat diverse recomandari, am folosit un medicament pentru calmarea spasmelor intestinale, niste gelule din ulei dementa si niste pansamente intestinala sub forma de gel. Nimic nu a avut rezultate.

Un homeopat mi-a prescris un regim care si-a facut efectul pentru o vreme; totusi, dupa doua luni in care m-am abtinut de la mancarurile grele, am sfarsit prin a ceda, deoarece cred ca orice regim prea restrictiv, care te priveaza de placerea de a manca, este sortit esecului in cele din urma. Chiar daca nu are un gust extraordinar, sucul de Aloe vera este foarte usor de consumat si, ceea ce este mai important, eu apreciez faptul ca pot din nou sa mananc dupa plac. Iau dimineata si seara cate o lingura cu gel si ma simt mult mai bine. Sunt deja doi ani de cand sunt mai in forma ca niciodata.
Intr-adevar, aloe imi permite din nou sa traiesc normal, scutindu-ma de orice probleme de sanatate."

INHALATORUL A DEVENIT INUTIL

Michael J., director al unei firme internationale de constructii cu sediul in SUA, sufera de astm si de bronsita inca din copilarie, cand era sa si moara. "Am avut numeroase alergii, in special cele cauzate de polenul gramineelor. De aceea am suportat diverse tratamente, inclusiv injectii antialergice care imi blocau cu 10% capacitatea pulmonara. Odata cu trecerea anilor starea s-a atenuat, dar persista iarna cand trebuia sa fac frecvent inhalatii pentru a-mi dilata plamanii si a stopa infectia locala. Dupa ce am baut timp de cateva luni un gel de Aloe vera, am observat ca foloseam din ce in ce mai rar inhalatorul. Iarna eram victima unor frecvente dureri de gat care se datorau problemelor respiratorii, iar ele disparusera acum. In ciuda faptului ca am continuat sa calatoresc si a muncii stresante (doi factori care favorizeaza astmul), inhalatorul a devenit inutil.
Dar efectele nu au aparut peste noapte; m-am asigurat de la bun incaput de calitatea produselor si am urmat tratamentul cu perseverenta, fara sa trag concluzii inainte de a trece macar cateva luni."

A DOUA ZI DISPARUSE ORICE INFLAMATIE

France T. s-a trezit intr-o sambata ca o dor ochii inflamati si suporta cu greu lumina. Dar avea destule de facut in ziua ei libera si n-a gasit timp sa se ocupe de problema. Seara, cand era deja prea tarziu sa mearga la farmacie, si-a dat seama totusi ca are o conjunctivita seriasa.
"Nu puteam nici macar sa-mi pun lentilele de contact (sunt mioapa ca o cartita fara ele!). Ma deranjau doua lucruri: stiam ca este contagios si nu doream sa fac probleme celor din familie. In plus, imi era asa de rau, ca-mi doream sa scap cat mai repede de durere.
Mi-am amintit ca o prietena imi povestise cu cateva zile inainte cum a scapat sotul ei de conjunctivita folosind o solutie pe baza de aloe. I-am telefonat imediat. Din fericire, ii mai ramasese ceva din solutie si sotul meu

a mers sa ia flaconul. Am diluat continutul intr-o cantitate egala de apa fiarta si filtrata si intr-o jumatate de ora dupa aplicare, durerea si inflamatia s-au atenuat.
Mi-am tamponat ochii cu aceasta solutie inainte de culcare si a doua zi dimineata nu mai era nici o secretie, totul revenise la normal."

SI-A REZOLVAT PROBLEMELE CU SINUSURILE

In cariera sa de rugbist, Brian H. a avut nasul spart de mai multe ori. Acum opt ani, pe cand isi petrecea vacanta in Middle Est, a suferit o infectie grava la urechi, care i-a atins si sinusurile.
Timp de trei ani a urmat diferite tratamente cu antibiotice si a utilizat mai multe tipuri de spayuri nazale. Nimic nu parea eficace. Dupa un examen minutios, i s-a propus sa faca un drenaj al sinusurilor, pe care a trebuit sa-l reia de mai multe ori, ceea ce l-a adus la exasperare.
"Aveam in continuare probleme cu sinusurile si durerile de cap ma torturau. Sinusurile se obturau foarte usor, nu puteam sa respir firesc, de aceea ma simteam slabit, chiar si cand nu faceam eforturi. Un prieten m-a sfatuit atunci sa testez niste produse cu aloe, foarte eficiente pentru durerile de urechi, nas si gat. Nu prea aveam chef sa-mi pulverizez gel de plante in nas! Totusi nu voi regreta niciodata ca am facut-o, pentru ca neplacerile au disparut in cateva zile si n-am mai avut niciodata probleme. Am baut zilnic suc de Aloe vera si din cand in cand am mai folosit si o solutie pe baza de aloe. De trei ani nu am mai avut gripa, dureri de urechi sau de sinusuri si, poate ca pare incredibil, nu am mai luat nici un antibiotic."

PRIETENII II SUNT RECUNOSCATORI

In 1994 Diana R. trecea printr-o perioada de stres, suferea de migrene si de crampe la stomac. Temandu-se sa nu i se agraveze starea, a consultat un medic care a suspectat-o de colita cu spasme. Analizele pe care i le-a recomandat au confirmat diagnosticul initial.
"Am avut norocul sa citesc a doua zi un articol care lauda proprietatile plantei Aloe vera si efectele sale intr-un caz grav de spasme ale colonului. Cateva zile dupa ce am inceput sa beau gel ma simteam deja mult mai bine, starile rele nu mai erau dacat o amintire urata, desi ocazional, unele alimente condimentate declansau cate o criza.
Toti prietenii carora le-am recomandat Aloe vera mi-au fost recunoscatori si au ajuns sa folosesca nu numai in caz de iritatie intestinala, ci pentru multe alte probleme. Sotul meu sufera de colita cu spasme, iar acum face o serie de analize medicale. I-am dat Aloe vera si deja se simte mai bine. Am avut ocazia sa utilizez gelul si o lotiune termogena pe baza de aloe, ambele

foarte eficace in caz de intepaturi de insecte, de insolatie si de dureri musculare."

CREMA CU ALOE L-A VINDECAT IN CINCI ZILE

Irene D. si sotul ei au locuit in Cipru din 1987 pana in 1990. In perioada aceea fiul lor in varsta de 4 ani a fost afectat de o problema dermatologica; tenul i-a devenit uscat si fata i s-a descuamat pana sub ochi. Aplicarea cremelor hidratante nu a facut decat sa agraveze infectia care s-a intins si in jurul urechilor, si pe pielea capului. La intoarcerea in Grecia, Irene s-a dus la un specialist care i-a prescris o crema steroida pantru fata si o lotiune pentru par. Aplicarea cremei a provocat insa o reactie dermica violenta. Pielea a suferit un soc si a devenit din uscata cum era, grasa, rosie si foarte dureroasa.
"Am insistat cu aplicarea cremei, crezand ca trebuie putina rabdare pentru a obtine un rezultat; in ceea ce priveste lotiunea, a facut sa i se descuameze mai tare pielea capului. Am renuntat la cele doua produse. Doctorul i-a prescris fiului nostru un alt tratament: aplicarea unei creme apoase, foarte moale, care a fost, de asemenea, ineficienta. Cinci ani a mai urmat alte treizeci si sase de tratamente, dar boala s-a agravat.
Colegii de scoala isi bateau mereu joc de el, radeau de aspectul pielii lui. Inainte avea parul scurt, dar in perioada aceea prefera sa-l poarte lung, pentru a-si ascunde starea. Colegii il numeau "fata cu matreata", acuzandu-l ca nu se spala pe cap. Acest sarcasm il faceasa sufere mult si-i devenise insuportabil.
In 1994 cumnata mea mi-a sugerat o gama de produse pe baza de Aloe vera din care am folosit o crema cu aloe si propolis, fara aditivi chimici. Am aplicat-o pe fata copilului de trei ori pe zi. Am fost uimiti de rezultat: dupa cinci zile nu mai avea nimic, pielea si-a recapatat aspectul normal. Asta dupa ani in sir de tratamente zadarnice!
Nu am aplicat crema si pe parul afectat dematreata, preferand sa cerem sfatul unui specialist caruia i-am aratat flaconul binefacator. Acesta a cercetat scalpul baiatului nostru si a sustinut ca ar avea paduchi! Eu eram sigura ca nu avea niciunul, dar medicul a luat totusi cateva probe, asigurandu-ne ca ne va tine la curent. Rezultatul analizelor a fost bineinteles negativ, iar el ne-a prescris un sampon pe care nu l-am mai cumparat. Deja perdusem prea mult timp...
Am hotarat sa folosim un sampon pe baza de Aloe vera si jojoba si o lotiune pentru clatire tot cu Aloe vera; intr-o sapatamana aspectul pielii s-a imbunatatit vizibil. De doi ani copilul nu a mai avut probleme nici cu fata, nici cu pielea capului."

OPERATIA NU A MAI FOST NECESARA

Martina P. are 42 de ani si de doisprezece ani sufera de colita. A folosit steroizi si sulfasalazine. Alergica la acest tratament, i s-a prescris Asacol pe care l-a luat constiincioasa. A renuntat la steroizii administrati pe cale anala pentru a lua steroizi in casete. Pentru a evita crizele chinuitoare, doza minima era intre 5-10 mg pe zi. Martina povesteste:
"Doctorul meu era convins ca singura solutie este operatia, dar mi-a acordat dreptul si timpul de a incerca remediile naturale. Deja testasem fara prea mare succes aromoterapia, reflexologia, homeopatia; eram descurajata si obosita in permanenta, iar medicul meu pusese diagnosticul "fistula pe colon". Sufeream de durere cronica, diaree, sangerari usoare si-mi petreceam mult timp la toaleta. Prea obosita dupa cel mai mic efort, refuzam orice iesire din casa.
Ma ingrasasem cu aproape 13 kg ca urmare a tratamentului pe baza de steroizi, ceea ce reprezenta 20% din greutatea mea normala. Fata mi se buhaise ca la maimute! In plus, la picior imi aparuse o micoza, iar medicul identificase si o usoara anemie. In acest moment am descoperit intr-un ziar informatii despre gelul de Aloe vera. O luna mai tarziu am inceput sa beau o doza zilnica. In primele saptamani ma simteam bizar (dureri de cap, greata, etc.) semn ca incepuse dezintoxicarea. Dupa aceasta etapa insa, am inceput sa ma simt mult mai bine. La o luna si jumatate de cand consumam gel de Aloe vera m-am dus la spital pentru o colonoscopie si pentru a decide data operatiei, insa medicul m-a anuntat ca starea mea s-a ameliorat simtitor, iar interventia chirurgicala nu mai este necesara.
Nu am mai repetat tratamentul pe baza de steroizi si am pierdut din greutate fara efort, regasindu-mi infatisarea de alta data. Doctorul a fost uimit de felul in care aratam dupa sase saptamani si a dorit sa afle ce tratament urmasem.
Inainte aveam frecvent accese de furie. De cand consum gel de Aloe vera nu mai am asemenea reactii decat rareori, in perioadele de stres. Ma simt bine, ceea ce nu mi s-a mai petrecut de sapte ani si pot din nou sa ma bucur de viata.
Datorez aceasta vindecare spectaculoasa plantei aloe. Am scris Asociatiei nationale pentru maladiile de intestin pentru a impartasi experienta mea si altor persoane care sufera de aceleasi probleme. Desigur, Aloe vera nu este un medicament, dar poate ameliora considerabil calitatea vietii unui bolnav."

ESTE OK FARA ANTIBIOTICE

Juan este seropozitiv de trei ani. Racea foarte des, ceea ce ii crea mari probleme, iar antibioticele pe care i le prescriau doctorii ii agrava starea.

"Am descoperit Aloe vera datorita unui prieten. Pe atunci nu stateam prea bine cu banii si eram din nou bolnav; aveam angina si o infectie a sinusurilor. Datorita faptului ca sunt seropozitiv imi aparusera probleme cu gingiile, iritatii ale pielii si diferite micoze; cel mai rau era ca dimineata ma trezeam cu dureri de stomac si-mi incepeam ziua cu o stare de tulburare si suferinta. Am decis sa iau aloe, caci eram sigur ca aveam sa ma vindece. Am inceput sa utilizez gelul dentar de aloe care-mi diminueaza aciditatea din gura si intestin si imi imbunatateste starea gingiilor si a limbii. Am remarcat ca un produs pentru clatire pe baza de fluor ii completeaza foarte bine efectul.
Daca ma spalam pe dinti imediat ce coboram din pat si beam gel de aloe, problemele matinale obisnuite se atenuau si asta favoriza eliminarea intestinala. Acolo pot sa controlez activitatea intestinului si sa nu ma mai tem ca o sa am diaree din senin caci mi-a fost dat sa cunosc asemenea stari neplacute).
Gelul de aloe sub forma de crema are multiple intrebuintari: pentru prevenirea petelor rosii din zona genitala, pentru calmarea hemoroizilor, a iritatiilor anale, pentru mamelon dureros, stoparea unei mici hemoragii in caz de taietura la deget. Aloe vera mi-a adus bunastarea fizica si linistea sufleteasca. Am mai multa energie, pot inota, sunt mai activ, iar viata mea s-a transformat mult. Nu mai iau antibiotice si analizele de sange arata ca totul a reintrat in normal.
Nu mi-a fost usor sa vorbesc despre problemele mele de sanatate, caci nu-mi sta in fire; am facut-o insa, deoarece daca asta le-ar aduce altora macar jumatate din binefacerile de care m-am bucurat eu, atunci chiar merita."

A FACUT SILUETA SI NU MAI SUFERA DE MIGRENE

Juliette povesteste: "De douazeci si cinci de ani sufeream de migrene, sindrom premenstrual si spasme ale colonului. Aveam articulatiile dureroase si stomacul balonat. Eram atat de obeza, incat paream insarcinata in luna a sasea, respiram greu si eram in permanenta epuizata, caci nu dormeam bine sin cauza durerilor acute. Iar dupa o noapte agitata ma simteam asa de obosita, incat as fi adormit si in vacarmul orasului. Dupa trei ani de tratament cu aspirina sa cortizon pentru durerile mele si tratament cu hormoni pentru problemele legate de menopauza, a aparut un ulcer care a pus capac la toate. Ma saturasem sa fiu bolnava mereu si nu mai voiam sa aud vorbindu-mi-se de tratamente.
Am inceput sa citesc diverse articole despre medicina alternativa, am decis sa fac yoga, am invatat incetul cu incetul sa ma hranesc corect: am eliminat din alimentatia mea carnea, cafeaua, ceaiul si zaharul. Consumam produse

naturale si suplimente. N-a fost usor pentru un fan al ciocolatei cum eram eu! Insa mi-am dat seama ca imi mergea mult mai bine.
Dupa o criza deosebit de puternica de micoza si spasme de colon am decis sa consult un specialist in alergii alimentare si in irigarea colonului. Dupa parerea acestei persoane, trebuia sa elimin toxinele din organism; eram in mod aparte alergica la grau si drojdie, produse pe care le consumasem timp de ani in sir si carora le datoram problemele mele actuale. Am fost sfatuita sa beau gel de Aloe vera.
Dupa opt luni in care am consumat gel ma simteam atat de bine, incat nu-mi venea sa cred. Am slabit sase kg si nu mai sufeream de migrene si nici de tulburari datorate menopauzei. Prietenii pot sa confirme, am inceput sa fiu mai putin somnoroasa in timpul zilei, iar noaptea ma pot odihni. Chiar am invatat sa inot, lucru de care ma credeam incapabila. Perseverez cu Aloe vera caci, desi mi-a fost dificil sa-mi modific comportamentul alimentar, urmarile acestui fapt au fost extraordinare."

GELUL DE ALOE I-A ALINAT DURERILE ARTRITICE

Jasmine, atleta olimpica australiana, si-a tratat cu succes o rana capatata in timpul antrenamentelor, folosind Aloe vera. "Cand am vazut cat de repede s-a refacut pielea si cum am scapat de durere, fara sa mai suport obisnuitele infectii si complicatii, am fost realmente entuziasta. M-am gandit atunci sa-i povestesc si bunicii despre aloe si s-o conving sa faca un tratament pentru artrita care o chinuia de ani de zile. Bunica a fost destul de neincrezatoare la inceput, dar mi-a urmat sfatul si acum bea de patru ori pe zi cate patru linguri cu gel de aloe si isi pune comprese cu crema de aloe pe gat. Dupa numai o saptamana a simtit cum cedeaza durerile de maini, iar dupa ce a baut un bidonas de un litru, chiar a reusit sa-si miste degetele in directii pe care de obicei artrita nu le permite. Si mai mult, acum poate sa-si intoarca normal capul spre dreapata, ceea ce nu mai reusise de cinci ani."

PIELEA SI-A REVENIT MIRACULOS

Fredd si Judy luau masa intr-un restaurant chinezesc, cand fiica lor Suzanne si-a varsat cana cu ceai fierbinte in poala. "Copilul purta o rochie din fibre sintetice, iar lichidul clocotit i-a topit materialul pe picior. A fost o grozavie! Am mers acasa intr-un suflet si am chemat pediatrul care i-a dat o alifie si i-a pansat cu grija arsura. A doua zi cand am indepartat bandajul, s-a luat cu tot cu piele. Era carne vie, se facuse o rana adanca, iar Suzanne avea dureri insuportabile. Am fost foarte suparata pe doctorul care ne-a recomandat tratamentul. Noroc ca un client de-al nostru ne-a adus cateva frunze de aloe, spunand ca vindeca arsurile. Timp de trei sau patru zile am tratat rana cu gel direct din frunza. Pielea s-a vindecat intr-un mod aproape

miraculos, foarte repede, fara suferinta, fara complicatii. Iar astazi, Suzanne nu are nici macar o cicatrice pe picior."

IN ZIUA INTALNIRII A VENIT FARA CARJE

Mark a retinut povestea unei femei din St. Louis care avea scleroza multipla si nu reusea sa mearga decat in carje. "Cu o saptamana inainte de o intalnire importanta la care trebuia sa participe, a inceput sa foloseasca gel de aloe. Cand a venit ziua intalnirii, a ajuns acolo fara carje. Gelul de aloe indepartase puroiul si inflamatia din articulatii si a facut sa dispara durerea care o impiedica sa mearga. Reusita acestei femei mi-a dat si mie sperante. Artrita mea ajunsese la un stadiu in care degetele incepusera sa se rasuceasca. Nu puteam sa inchid mana sau sa strang pumnul. In coate se formasera noduri de marimea unor mingi de golf si eram incapabil sa ridic mainile pana in dreptul umerilor. Dupa ce am baut regulat gel de aloe, cam 50 ml pe zi, am vazut primele schimbari. Au trecut de atunci cinci ani, nu mai am deloc dureri, iar nodurile de la coate au disparut."

PIETRELE DE LA RINICHI S-AU DIZOLVAT

Lou Mossbauer este un sustinator entuziast al produselor din Aloe vera. "Gelul iti da o cantitate impresionanta de energie. De fapt, daca bei prea mult seara, inainte de culcare, a doua zi te vei trezi la trei dimineata. Am observat ca fiecare persoana are nevoie de o cantitate specifica de aloe. Fiul meu cel mare si prietenul lui beau aloe cu o ora inainte de a merge la surfing. Ei spun ca asa au mai multa energie cand se afla in mijlocul valurilor.
Pentru mine, Aloe vera a insemnat o mare sansa. Eram bolnav de diabet si deja aveam nevoie de insulina. Viata mea era destul de complicata din cauza asta si, in timp, boala urma sa se agraveze. Ei bine, am baut gel de aloe aproape noua luni, o doza zilnica substantiala si nu a mai trebuit sa folosesc insulina. Iar un prieten de-al meu n-a mai avut nevoie insulina dupa un an in care a folosit constant aloe."
Art Benson a devenit interesat de Aloe vera cand cumnata lui s-a vindecat de ulcer hemoragic: "Cand mi-a povestit despre aloe, mi-am spus ca nu am nimic de pierdut. Suferisem doua atacuri de inima, aveam bronsita acuta, pietre la rinichi, guta si artrita pentru care luam cortizon. Fratele meu mi-a trimis niste aloe cand am implinit 58 de ani. In cateva luni guta si artrita nu ma mai chinuiau, iar pietrele de la rinichi au disparut pur si simplu."
Trecerea la vegetarianism si consumarea zilnic a unei doze de gel d aloe au ajutat-o pe Mary Wilson din Kansas City sa-si vindece trupul de tumori: "Eram foarte bolnava si doctorii voiau sa-mi amputeze un picior, dar nu i-am lasat. Cred ca atunci am inceput sa ma mobilizez. Desi parca nu mai

aveam nici un fel de forta, am gasit in mine resurse sa lupt. Am inceput sa ma rog cu tot sufletul, mi-am schimbat dieta si am citit tot ce-am gasit despre Aloe vera. Mai mult, am baut in fiecare zi gel si starea sanatatii mele s-a imbunatatit, deoarece s-a echilibrat sistemul de aminoacizi, carbohidratate si proteine. Corpul meu s-a curatat de toxine si piciorul a fost salvat. Inainte trebuia sa folosesc carje. Asta a durat un an. Dar am invatat din nou sa merg."

Capitolul 9

CAMPIOANA ABSOLUTA LA JOCURILE OLIMPICE

In Statele Unite si alte tari unde sunt comercializate pe scara larga, produsele din Aloe vera se folosesc frecvent pentru primul ajutor in caz de raniri.
Edward L. Clorry este specialist in tratarea problemelor de sanatate care apar in viata competitionala si expert in fizioterapie. Dupa ce a descoperit un anunt publicitar care recomanda utilizarea preparatelor de Aloe vera in medicina sportiva a inceput sa le utilizeze la clinica sa si a obtinut rezultate remarcabile. Iata doua dintre cazurile sale semnificative. "Robert are 27 de ani si practica fotbalul american. A ajuns la clinica in carje, incapabil sa-si intinda si sa-si plieze piciorul din cauza unui serios hematom la coapsa stanga, cu extindere catre sold. In plus, in zona genunchiului stang avea o rana infectata pe care si-a facut-o datorita frecarii de gazonul artificial. Pe coapsa dreapta prezenta o infectie si cateva zgarieturi. Rana era veche de o saptamana si examenul radiologic nu scosese la iveala nici o fractura. La spital i se prescrisese repaosul. In mod normal, o asemenea rana necesita pentru vindecare sase pana la zece saptamani. Am inceput sa-l tratez cu ultrasunete si cu proiectie de gel de aloe in jet, pulverizat de la distanta de 10 cm si am folosit un panasament cu aloe, intermitent, timp de douazeci si cinci de minute. L-am sfatuit pe Robert sa ia gel de aloe, cate 30 ml de patru ori pe zi. De asemenea, i-am prescris gimnastica terapeutica. La sfarsitul primei sedinte de tratament, a fost capabil sa-si intinda piciorul si sa mearga fara carje. La trei zile dupa urmatoarea sedinta i-au disparut semnele contuziei si infectia era pe cale sa se vindece. Din a treia sapatamana a putut sa joace iar fotbal. Dupa o luna si cinci sedinte de tratament Robert nu mai avea nici urma de hematom, iar celelelte rani disparusera si ele.
Am fost foarte incantat de rezultat. Problemele de acest fel, provocate de socuri directe sunt susceptibile de complicatii. Daca tratamentul imediat nu este potrivit, cheagurile de sange localizate in profunzime pot sa se calcifieze si sa se inchisteze printr-un proces inflamator care cere apoi un tratament prelungit sau o interventie chirurgicala.
Cu acest tip de rana, care se datoreaza unei infectii secundare, sportivul pierde mult timp sa se vindece. Or, n-am vazut nici un caz in care, daca de la prima sedinta de tratament s-a folosit solutie pe baza de aloe, rana sa dureze mai mult de trei zile. Insa, daca dupa un prim tratament impropriu rana s-a infectat, atunci sunt necesare doua saptamani pentru ca Aloe vera sa-si faca efectul."

Urmatorul caz este al lui Helene, secretara in varsta de 37 de ani care a fost nevoita sa-si intrerupa serviciul timp de doi ani. Ea si-a fracturat piciorul cazand de pe o scara. Medicul chirurg i-a pus o placa si o tija de otel si femeia a facut fizioterapie la spital. "Doi ani mai tarziu Helene inca nu-si putea misca glezna, piciorul si degetele, iar cand mergea avea dureri mari. Glezna ii era foarte umflata si inflamata. Nu mai purta pantofi normali de cand avusese accidentul si se deplasa cu ajutorul unui baston. Piciorul era foarte sensibil la atingeri, semn al unei iritatii nervoase.
I-am aplicat o compresa cu aloe douazeci si cinci de minute pe sedinta, urmata de un masaj cu lotiune si spray pe baza de aloe, imediat ce piciorul a devenit mai putin sensibil la atingeri. I-am recomandat sa bea 30 ml gel de Aloe vera, de trei ori pe zi, pentru puternicul efect antiinflamator si sa-si puna comprese cu aloe in fiecare seara inainte de culcare. Deoarece era necesar, i-am prescris sa faca zilnic exercitii pentru genunchi si glezna, pe masura ce starea se amelioreaza.
Inca de la prima sedinta de tratament durerea si umflaturile s-au diminuat, iar situatia s-a imbunatatit vazand cu ochii. In trei saptamani suferintele si inflamatia s-au redus vizibil, iar glezna a inceput sa se contureze din nou. Pielea care fusese maronie a redevenit roz si masajul posibil. Femeia putea sa-si miste in voie piciorul, glezna si degetele. Helene avea totusi o mobilitate limitata din cauza calcifierii – ceea ce nu era surprinzator dupa doi ani de netratare. Dupa patru sapatamani insa, mergea fara baston si pentru prima oara de la accident a putut sa-si cumpere si sa poarte pantofi eleganti. Mi-a spus ca ortopedul ei n-ar fi banuit ca o sa-si recapete intr-o asemenea masura mobilitatea si a sfatuit-o sa continue tratamentul.
Pacientii mei au obiceiul de a recomanda Aloe vera familiei si prietenilor, pentru ca i-au vazut performantele remarcabile in mentinerea sanatatii si ameliorarea bolilor de tot felul, de la artrite la probleme dermatologice. Am descoperit ca o lotiune cu aloe, folosita in masarea vertebrelor cervicale, toracice sau lombare da rezultate bune, calmand durerea de spate. Asta fie in cadrul unui tratament care include si ultrasunete, fie cand pacientii se ingrijesc singuri. Pansamentele cu aloe sunt eficace pentru ranile de la genunchi si glezna. Masajul cu aloe congelata in forma bloc, alternand cu aplicatii calde este o buna formula pentru tratamentul rece-cald. Aloe vera reprezinta acum o parte esentiala a tratamentelor pe care le recomand si este rezerva mea de prim-ajutor."
Atletii, jucatorii, antrenorii, dar si medicii sportivi incep sa-si dea seama de incredibilele puteri de vindecare ale preparatelor cu Aloe vera. De la amatorii de jogging la marile vedete de fotbal, multi sportivi au inceput sa le aprecieze valoarea – desi nici efectele de hidratare si catifelare a pielii nu sunt mai putin tentante. Mai ales pentru sportive, insa nu doar pentru ele, de vreme ce unii pugilisti isi intretin manusile de box cu lotiune de acest tip.

Aloe vera reduce umflaturile muschilor incordati, linisteste usturimea cauzata de arsuri si vindeca bataturile. Antrenorul de atletims Spanky Stephens, coautor al cartii "Vindecandu-i pe campioni", utilizeaza planta in cazuri de crampe, umflaturi, basicute, bataturi, arsuri, junghiuri si carcei minori. Stephens se axeaza pe folosirea produselor din aloe, deoarece acestea penetreaza foarte repede pielea.
"Aloe vera grabeste ritmul de regenerare a tesuturilor si vindeca foarte rapid. Am avut foarte multe situatii in care un jucator tratat cu metode traditionale nu a mai putut concura saptamani la rand, pe cand cei care foloseau planta reuseau sa intre pe teren la o saptamana dupa accidentare."
Stephens apeleaza la aloe si pentru ca alte substante sa fie transportate mai rapid in tesuturile afectate. Adeseori amesteca Aloe vera cu un produs care contine acid salicilic; pus pe rana, acesta este usor absorbit, iar vindecarea se face mai repede.
"Aloe vera este intr-adevar multifunctionala", puncteaza Stephens. "Poate fi folosita in orice zona a corpului, fara teama de arsuri sau de iritatii. Poate fi utilizata oricat de des." Stephens crede ca planta este indispensabila celor care practica fotbal, baschet, tenis, golf, inot. Cu cele mai multe produse raman totusi cicatrice, pe cand cu Aloe vera, nu.
Stephens apeleaza frecvent la o metoda care presupune inghetarea gelului de aloe si folosirea sa pentru masarea corpului. "Gheata inchide capilarele de la suprafata si opreste sangerarea, iar Aloe vera penetreaza tesutul, alinand durerea. Daca mai adaugam si un produs bazat pe aspirina, efectul se dubleaza." El utilizeaza o solutie si un calmant cu extracte din aloe.
"Apelez deseori la aceste produse pentru atletii cu dureri de brate, de picioare sau penru cei care au carcei."
Kurt Thomas, un gimnast medaliat cu aur, spune cum l-a ajutat o lotiune cu aloe sa-si vindece palmele crapate, pline de bataturile pe care le-a capatat in urma antrenamentelor indelungate.
Multi sportivi de talie mondiala au utilizat produse din Aloe vera, iar Stephens explica de ce aceasta planta a fost aprobata de Comitetul Olimpic din 1976 la Olimpiada din Montreal.
"Cand ai de tratat un grup atat de mare de sportivi, este mai usor sa faci fata daca reduci numarul de produse de care ai nevoie. Daca poti sa obtii efectul scontat doar cu unul dintre ele, este foarte bine. Planta e buna, deoarece are efecte in multe din situatiile de urgenta intalnite in activitatea competitionala."
Stephens vorbeste despre controversele care privesc puterea curativa a produselor pe baza de aloe: "Deoarece sunt multe legende, oamenii de stiinta devin sceptici cand aud de Aloe vera. Unii nu stiu sa o foloseasca si de aceea nu cred in utilitatea ei. Daca ai pneumonie si iei o capsula de penicilina, asta n-o sa te vindece. La fel si cu Aloe vera. Daca aplici pe o

rana doar o data, nu va avea eficienta. Trebuie folosita regulat, o perioada de timp destul de lunga."
Locker, antrenor asistent pentru o echipa de fotbal din Dallas, marturiseste ca la inceput nu i-a venit sa creada ca o planta poate vindeca atatea. "Unii pretind ca vindeca totul, de la cancer pana durerile de picioare si acesta este un spectru putin cam larg." El spune ca in cea mai mare parte a revistelor de specialitate se indica tratamente specifice pentru fiecare forma de boala. "Pentru artrite se utilizeaza o medicamentatie antiinflamatoare si analgezica, pentru indigestie acida un antiacid, pentru dureri de picioare se recomanda o medicatie antifungica. Nimanui nu-i vine sa creada ca o singura medicatie poate vindeca toate cele trei afectiuni." Locker a fost uimit ca un leac provenit dintr-o planta poate fi atat de util, dar apoi a descoperit ca, pe masura ce o foloseste mai mult, obtine mai multe efecte pozitive. "Aloe vera pune in miscare insusi mecanismul de vindecare al corpului."
Locker a folosit planta mai mult de doisprezece ani, tratand numeroase afectiuni: luxatii ale gleznelor, coatelor, genunchilor, julituri, arsuri, probleme datorate ciupercilor. El utilizeaza gelul pentru probleme digestive si o solutie pe baza de aloe la pregatirea bandajelor pentru ranile si taieturile adanci. Pentru arsurile cauzate de soare, pentru a inmuia pielea si a preveni iritatiile folosesc o lotiune cu aloe. Pentru intinderi de tendoane, luxatii, entorse, adaug la aceasta lotiune ulei de eucalipt contra iritatiilor. Pentru taieturile foarte adanci folosesc un bandaj cu gheata pe care-l leg strans in jurul ranii."
Conform publicatiei "Runners World", alergatorii de toate varstele sufera cel putin o accidentare pe an. Jogging-ul e un sport din ce in ce mai agreat si a crescut numarul practicantilor care au peste 30 de ani. Cei care alearga mai multe zeci de kilometri pe saptamana pot suferi accidente la glezna, genunchi si muschii coapsei, pe care ii solicita cel mai mult.
Broots Johnson, director al departamentului de Atletism de la Universitatea Standford, crede ca Aloe vera este utila in tratamantul necesar in asemenea situatii. El a experimentat aloe pe alergatorii din echipa sa. A obtinut efecte satisfacatoare si asta l-a determinat sa-ai largeasca spectrul de afectiuni pe care le remediaza cu aceasta planta.
Johnson se aprovizioneaza doar cu produsele de care are nevoie: gel, spray pentru julituri si pentru alt gen de raniri. Cand un sportiv de-al sau este accidentat, el apeleaza la Aloe vera pentru a reduce inflamarea. "Este avantajos mai ales pentru cazurile cand trebuie sa folosesc aspirina, iar unii sportivi nu toloreaza administrarea interna. Folosind-o extern, ajunge direct in sange. Pentru cei care tolereaza aspirina, proprietatile penetrante ale plantei Aloe vera transporta aspirina nediluata in sange. Astfel diluata, actioneaza eficient." Ea s-a dovedit un supliment de hrana pentru alergatorii

de distanta. Johnson o administreaza amestecata cu alte sucuri concentrate care le furnizeaza atletilor energie.
In cartea lor, Bill Coats si Spanky Stephens sugereaza ingrijirea cu Aloe vera a ranilor cauzate in sport. Ei amintesc insa de necesitatea de a respecta si recomandarile unui medic de specialitate. Iata cateva dintre tratamentele care se bazeaza pe produsele cu aloe.
BASICUTE: dupa curatarea basicutelor, timp de cinci minute umeziti pielitele cu gel de Aloe vera, pentru a va alina durerea si a indeparta microbii. Taiati varful basicii. Utilizand un tampon de vata cu tifon aplicati o crema cu extract de aloe si propolis. Va reduce infectia si va pregati batatura. Lasati locul expus la aer pentru a se vindeca mai repede.
LUXATII: introduceti piciorul intr-un vas cu gheata, folositi insa in prealabil o solutie cu Aloe vera inghetata, pentru a reduce umflatura si durerea. Daca este necesar, mergeti la un specialist care sa va faca un bandaj.
INTINDERI MUSCURALE: pentru a permite muschilor sa-si revina este mai bine sa nu intrerupeti activitatea, pastrandu-va in miscare pana cand apare o usurare a durerii. Daca muschii sunt umflati, Bill Coats si Spanky Stephens sugereaza sa se folosesca o compresa cu gheata si Aloe vera si sa se faca masaj cu lotiune de aloe. Dupa patruzeci si opt de ore gheata poate fi inlocuita cu o compresa cu aloe si adaos de substante antiinflamatorii, pentru a reduce umflaturile si a grabi recuperarea.
ARSURILE SI ALTE LEZIUNI: curatati zona afectata cu produse farmaceutice ca Phisolex sau solutie Betadine. Aplicati apa oxigenata si acoperiti apoi cu o compresa inmuiata in gel de Aloe vera. Inlocuiti compresele zilnic, pentru a va feri de infectii.

Capitolul 10

VINDECARI RECORD IN STOMATOLOGIE

In general, Aloe vera este utilizata pentru vindecarea arsurilor, a ranilor si a ulcerelor, insa unii s-au gandit sa o folosesca si in tratarea afectiunilor dentare. Acesta a fost primul lucru pe care si l-a dorit doctorul Bill Wolfe cand planta i-a trezit interesul si s-a hotarat s-o includa in practica sa stomatologica. Mare i-a fost surpriza ca nu gaseste date stiintifice si studii serioase in domeniu! Cu timpul, a inceput cercetarile pe cont propriu si s-a alaturat unuia dintre fostii sai mentori, Eugene Zimmermann, profesor de patologie la Colegiul de Stomatologie Baylor din Dallas, Texas.
Doctorul Zimmermann a comparat Aloe vera cu doua medicamente antiinflamatorii – Indometacin si Prednisolon. Dupa cum declara in ianuarie 1969 in Chirurgia orala, medicina si patologia orala, a descoperit ca planta este la fel de eficace ca acestea si are avantajul de a nu deveni toxica pentru celulele tesutului.
Incitat de descoperirile lui Zimmermann, doctorul Wolfe a urmarit utilizarile plantei Aloe vera pentru placa dentara si stimularea insanatosirii dupa interventiile stomatologice.
"Doctorul Zimmermann era binecunoscut pentru studiile despre fluoride si fluorosisul dental", spune Wolfe.
Dupa luni de cercetare, Zimmermann a testat si experimentat un gel de aloe special pentru stomatologie. "Testele noastre de laborator au aratat ca gelul de oral din extract de Aloe vera este eficient impotriva a cinci specii de microorganisme importante in originea bolilor de dinti", precizeaza el. "De asemeni, am vazut ca nu este toxica pentru celule", spune dr. Wolfe. "Asta inseamna ca dupa o saptamana de folosire a gelului, pacientii se vindeca de parca ar fi trecut trei saptamani de tratament obisnuit".
Dr. Wolfe utilizeaza solutii pe baza de aloe in mai multe situatii. Cand pune plombe, aplica gel direct pe locul afectat de carie. "Actioneaza exact ca un bandaj care tine Aloe vera in contact cu gingia, ajutand-o sa se cicatrizeze... Timpul de refacere dupa extractii este de trei zile daca nu se foloseste Aloe vera. Cand o utilizam, se reduce la o zi. Aloe este un antiinflamator cu actiune asemanatoare steroidului – amorteste locul cand vindeca", spune el. "Cand este utilizata, multi pacienti nu mai au nevoie de medicatie pentru a preintampina durerile care urmeaza interventiei chirurgicale".
El recomanda utilizarea orala a gelului de Aloe vera pacientilor care au dureri de dinti. Il foloseste, de asemenea, si pentru a reduce iritatiile si inflamatiile din jurul radacinilor expuse sau in cazul gingiilor dureroase cauzate de boli temporare ale coroanei.

Dr. Wolfe s-a hotarat sa duca cercetarile un pas mai departe, inventand o pasta de dinti: "Multi dintre pacientii care au utilizat gelul de aloe pentru a reduce inflamarea de dupa extractii, plombari sau alte interventii orale, au folosit apoi gelul ca pasta de dinti, insa erau nemultumiti de gustul amar. Dupa doi ani de studii, dr. Zimmermann a gasit o formula pentru pasta de dinti, care nu numai ca are gust placut, dar are si efectul bactericid al gelului."

"Multe paste de dinti contin coloranti, zahar, fluoride (fluoruri), soda si sare ca abrazive", spune dr. Wolfe. "Pasta de dinti cu aloe nu are coloranti artificiali sau fluoruri. Are o cantitate minima de menta pentru miros si este indulcita cu Naturalsweet, facut din aminoacizi. Spre deosebire de alte paste de dinti, nu curata doar dintii, ci si gingiile." Doctorul Zimmermann crede ca Aloe vera este utila si in alte probleme ale dintilor si gingiilor, ca ulcerele cauzate de stresul mental si alergiile la diverse alimente.

Un alt dentist care crede in Aloe vera este Rick Chavez, din Seatle, Washington. "Eu folosesc un unguent cand lucrez canalul unei radacini, dar nu pot ajunge pana la capat sa il captusesc", explica el. "Pentru un canal de radacina, dintele trebuie curatat in interior trei sferturi de milimetru de la radacina. Daca-l mentin umed, dintele va ramana in suspensie. Pentru asta pot fi folosite o multime de materiale, dar eu consider ca Aloe vera este cea mai buna."

Si dr. Chavez e convins ca Aloe vera este necesara in chirurgia orala: "Dupa o extractie, am dezinfectat o frunza de aloe si i-am dat pacientului sa muste din ea. Planta face ca durerea sa se micsoreze si locul sa se vindece mai repede." In situatii de urgenta privind gingiile, dr. Chavez pune aloe in si sub gingie, in locul dureros, pentru a curata si inmuia umflaturile.

"Folosesc Aloe vera pentru ca da rezultate si pentru ca imi aduce prosperitate", explica dr. Chavez. "La ceea ce imi trebuie mie, planta este buna si isi face efectul, dar nu pot spune ca va merge la toate lumea. Cert este ca n-am vazut nici o persoana careia sa-i faca rau, ci doar bine."

La fel spune si Art Benson, care afirma ca pasta de dinti cu aloe opreste carierea dintilor si pune capat gingivitelor. De altfel, un studiu efectuat timp de paisprezece ani pe sapte mii de pacienti a condus la concluzia ca Aloe vera are un efect remarcabil de vindecare, reduce edemele si calmeaza durerea. De aceea, chiar daca nu este inca universal folosita in stomatologie, din ce in ce mai multi dentisti recurg la serviciile ei.

Capitolul 11

EFECTE MIRACULOASE DE LA A LA Z

De-a lungul istoriei Aloe vera a fost utilizata pentru tratarea unei mari varietati de boli si de afectiuni, atat ale oamenilor, cat si ale animalelor. Iata o lista destul de completa in ordine alfabetica.
A: abces, acnee, alergii, amigdalita, anemie, afta, artrita, astm, arsuri la stomac, adenopatie (inflamarea ganglionilor);
B: basici (rani de toate felurile), bufeuri, bronsita;
C: calvitie, candidoze, cataracta, cancer, colici, colite, conjunctivita, contuzii, crampe, cistita, crapaturi ale pielii;
D: depresii, dermatite, diabet, dizenterie, dureri de gat;
E: eczeme, entorse, eritem fesier;
F: febra, flatulenta, furunculi, furnicaturi;
G: gastrite, gingivite, glaucom;
H: hemoroizi, herpes (genital), hepatita, hiperaciditate;
I: ictere, indigestii, inflamatii (articulatii, piele), insolatie;
K: keratoza;
L: laringita, leziuni, lupus, leziuni ale gurii;
M: migrene, mastite, mialgii, micoze, matreata;
N: noduli;
O: oparire;
P: piele uscata, prostata, psoriazis, proteza dentara (dureroasa);
R: rani, reactii alergice, raceli, respiratie urat mirositoare;
S: seboree, sani (craparea mamelonului), spasme intestinale;
T: tuse, tulburari venerice, tuberculoza, taieturi;
U: ulceratii, ulcere (duoden, stomac, picioare), urticarie, urcior, unghii incarnate;
V: varice, vaginite, vergeturi, vanatai;
Z: zgarieturi.
Aceasta lista nu pretinde sa fie un inventar al tulburarilor si bolilor care ar putea fi tratate cu Aloe vera, ci mai curand o lista de exemple care insumeaza ceea ce au povestit persoanele care au utilizat aceasta planta.

Capitolul 12

VINDE COSMETICE DE MILIOANE

Un sondaj de opinie a demonstrat ca Aloe vera se bucura inca din anii '80 de recunoastere speciala in industria frumusetii. Magazinele Glamour si Self si-au intrebat atunci cumparatorii care dintre urmatorii ingredienti ii conving sa aleaga produsele: aloe, jojoba, vitaminele E si F, colagen, proteine solubile naturale, compusi naturali.
Aloe vera s-a clasat pe locul al doilea, dupa vitaminele E si F. La intrebarea daca stiu ca studiile stiintifice recomanda vreunul dintre urmatorii ingredienti pentru produsele de ingrijire a pielii – aloe, vitamine, elastin, colagen, mucopolizaharide si jojoba – 10% dintre cei chestionati au indicat vitaminele, iar 77,5% Aloe vera.
Asta se datoreaza, desigur, celebritatii unei plante care a strabatut toate timpurile si toate civilizatiile, reafirmandu-se spectaculos in ultimile decenii. "Cand am intrat in afacere acum cincizeci de ani, oamenii se intrebau ce este acela Aloe vera. Acum au inceput sa se intrebe ce concentratie de Aloe vera se afla in produsul respectiv", spune Frank Romano, patronul unei firme de cosmetice din Florida. "Oricum, in cosmetica, eficacitatea nu depinde de procentul de aloe, ci de combinarea ingredientelor potrivite cu cantitatea potrivita de aloe."
Desi planta care cunoaste secretul frumusetii Cleopatrei ajuta din mai multe puncte de vedere pielea si parul, ramane de vazut cum o face. Revistele de specialitate au publicat deocamdata articole care vorbesc despre proprietatile sale emoliente si hidratante datorate aceluias complex de carbohidrati pe care i-am pomenit – polizaharidele.
Utilizat singur, gelul de aloe cu ridicata sa valoare astringenta risca sa usuce tenul. Insa datorita faptului ca Aloe vera are proprietatea de a penetra pielea pana la al saptelea strat (in timp ce alte substante cunoscute in prezent reusesc sa patrunda in piele doar pana la al patrulea strat), ea devine un ingredient excelent in cremele hidratante.
Dupa cum afirma Elizabeth Burdick, biochimist si dermatolog: "Aloe vera are efecte vindecatoare minunate, dar poate sa usuce excesiv pielea. De aceea produsele care o folosesc trebuie sa includa umectanti care sa contracareze acest efect." Dr. Burdick sustine ca nu utilizeaza in produsele sale o concentratie de aloe mai mare de 18%. "In produsele mele Aloe vera este un vehicul care transporta substantele nutritive in piele; daca introduc prea multa, ea contracareaza efectele celorlalte enzime pe care le-am combinat."
In ultimii ani multe firme de cosmetice si-au marit productia, oferind o gama larga de lotiuni pentru plaja, pentru protectia contra soarelui, creme

hidratante si de noapte, toate pe baza de aloe, toate in functie de cererea de pe piata. De ce au totusi un succes atat de mare?
Bill Coats, autorul cartii "Vindecatorul tacut", spune ca uleiurile prezente in majoritatea cosmeticelor sunt eficiente doar cat timp raman pe piele. Cand se evapora sau sunt sterse, beneficiul dispare. Aloe patrunde insa in profunzime, iar prin capacitatea polizaharidelor de a fixa apa, asigura tenului o hidratare permanenta.
Cand aloe este utilizata ca ingredient in cosmetice, abilitatea sa de a penetra permite apei si altor agenti hidratanti sa intre in piele sub forma unor fluide nutritive. Odata ce a patruns, aloe face ca acidul hyaluronic prezent in gel sa ajunga in ultimul strat al pielii, indepartand toxinele si lasand proprietatile astringente ale plantei sa actioneze intr-o maniera mult mai eficienta.
"De fapt, multe lotiuni hidratante reusesc doar sa mentina nivelul de umiditate, impiedicand tenul sa piarda din hidratare. Aloe vera face mult mai mult, deoarece sporeste hidratarea, ajutand pielea sa ia umezeala si din aer", comenteaza Bill McAnalley de la Laboratoarele Carrington, licentiat in cosmetologie. Planta ajuta la mentinerea porilor deschisi si ofera stralucire pielii, deoarece activitatea enzimelor pe care le contine face sa se intensifice circulatia sangelui. De asemenea, aminoacizii prezenti in gel ajuta la cresterea noilor celule. In completare, aloe furnizeaza pielii un strat protector care intarzie inmultirea bacteriilor si ciupercilor daunatoare. Proprietatile astringente ale gelului contracareaza infectia acneica si vindeca micile rani de la cosuri, fara sa lase urme. Aloe vera are un factor pH acid similar cu pielea, ceea ce ajuta la restaurarea pH-ului. "PH-ul pielii variaza intre 4 si 6", explica Ray Henry, vicepresedinte al Laboratoarelor Aloe din Texas. "PH-ul natural al plantei aloe este 4,3. El depinde de conditiile de vreme si de solul in care creste planta; deci este foarte apropiat de cel uman."
Ca in orice tratament dermatologic, cei care folosesc Aloe vera trebuie sa aiba rabdare. Multi dintre cei care sufera de acnee spun ca inainte ca starea lor sa se fi imbunatatit, tenul a aratat mai rau decat la inceput, caci impuritatile de pe fata s-au inmultit. Urmand insa un tratament constant cu produse din aloe, tenul s-a vindecat.
"Am utilizat Aloe vera timp de trei ani, nu doar pentru intepaturi de insecte sau arsuri, ci si pentru diverse eruptii", spune Jerry Wilson din Burlington, Massachusetts. "Cand mi se pata fata ma spalam si apoi aplicam o crema de aloe inainte de a merge la culcare. Dupa o saptamana tenul meu nu mai avea nici un fel de probleme. Aloe vera ajuta in mod real la vindecare."
"Intr-un program de igiena dermatologica este esential sa mentinem pielea curata", spune Elizabeth Burlick. "Amintiti-va ca pielea este un organ excretor, iar rezidurile trebuie indepartate. As recomanda femeilor, barbatilor si copiilor sa se spele pe fata in fiecare dimineata cand se trezesc

si seara la culcare, de cate doua ori; prima curatare indeparteaza impuritatile vizibile, iar a doua indeparteaza impuritatile din piele."
Cand tenul este curat, Burlick sugereaza aplicarea unei solutii cu un procent moderat de aloe, pentru tonifiere. "Poate fi un produs asa cum gasiti in comert sau diluat. Va sfatuiesc, de asemenea, sa folositi creme protectoare impotriva soarelui, in fiecare zi, pentru ca atunci cand cerul este innorat, razele ultraviolete dauneaza pielii."
Ea mai recomanda aplicarea unei masti faciale in fiecare luna, pentru a indeparta celulele moarte si a stimula aparitia celor noi. "Daca va straduiti sa remediati starea tenului sau a parului, este important sa incepeti cu interiorul. O dieta moderata cu fructe, legume, proteine si carbohidrati este esentiala pentru o piele sanatoasa", spune Burlick. "Este bine sa se bea patru-opt pahare, dar nu de la robinet, ci apa pura de izvor sau apa minerala. Pielea este un organ prin care se elimina deseurile, ea protejeaza corpul si controleaza temperatura. Apa ajuta la indepartarea toxinelor din corp, de aceea, daca nu bem suficienta, tenul pare imbacsit, apar cearcane sub ochi si ridurile se formeaza mai repede."
Aloe vera contribuie si la regenerarea parului si a pielii capului. Inclusa in sampoane impreuna cu alti ingredienti, de pe o parte deschide porii scalpului si astfel aminoacizii pot sa revitalizeze tesutul, iar pe de alta parte actioneaza asupra impuritatilor, aducandu-le la suprafata pentru a fi inlaturate.
Aloe serveste ca un bun agent reconditionant pentru podoaba capilara, deoarece penetreaza firul de par. Cheratina, cea mai importanta proteina din corp, consta intr-o compozitie de aminoacizi, oxigen, carbon si mici cantitati de hidrogen, nitrogen si sulfuri. Aloe vera are o compozitie chimica asemanatoare si regenereaza parul prin substantele nutritive pe care le contine, facandu-l mai elastic si prevenindu-i imbatranirea.
Veron Pruitt, presedinte al companiei Terry Corporation din Florida, spune ca studiile indica eficacitatea plantei in sampoane, gel sau alte cosmetice de acest tip, deoarece ramane in contact cu firul de par.
Dar aloe este binefacatoare si pentru scalp. Multi oameni nu lasa samponul sa actioneze, diluandu-l cu apa in timpul spalarii. Pruitt considera ca trebuie sa-i acordam acestuia mai mult timp si recomanda o tehnica in doua etape: "Utilizati o concentratie mai mica de sampon cu aloe si folositi apoi un gel pe care il lasati sa actioneze cateva minute inainte de clatire."
Ca si in cazul pielii, reconditionarea parului dureaza, asa ca nu va asteptati sa obtineti rezultate peste noapte.

Capitolul 13

PERFORMANTE UNICE IN TRATAMENTELE VETERINARE

Multi dintre cei care privesc cu suspiciune puterile acestei plante stravechi vorbesc cu pasiune despre efectul placebo, gratie caruia vindecarea se produce nu fiziologic, ci psihologic. Evident, rolul subconstientului si, in general, rolul atitudinii mentale in timpul unui tratament sunt deosebit de importante, dar daca vindecarile in curele cu aloe se datoreaza autosugestiei, cum se explica rezultatele spectaculoase inregistrate asupra animalelor?

In regiunile unde Aloe vera se dezvolta natural, fermierii o utilizeaza in mod curent. Ei stiu ca infasurand laba unui animal ranit cu fasii de frunze, sub forma de cataplasme, gelul poate actiona pentru a reduce infectia si a usura cicatrizarea. Insa abia in ultimii treizeci de ani s-au dezvoltat studii clinice pentru a verifica si largi cunostintele transmise prin practica traditionala.

"Animalele pe care le ingrijim – utilizari veterinare cu Aloe vera", cartea lui Bill Coats si Richard E. Holland, descrie amanuntit tratamentele interne si externe pe care le-au aplicat ei pasarilor, cainilor, pisicilor, vitelor si animalelor salbatice, pentru rani superficiale sau profunde.

"Face minuni in ingrijirea cailor, in tratamentul umflaturilor de picioare", spune Bill Coats vorbind despre aloe. "Jockeii inmoaie o bucata de bumbac in gel de aloe si invelesc cu ea piciorul afectat. Apoi il infasoara cu un plastic pentru a nu se evapora gelul. Dupa douazeci si patru de ore umflaturile dispar."

Coats crede ca Aloe vera este foarte folositoare si in hrana animalelor. "Nimic nu este mai bun pentru caii mei. Ii spal zilnic si adaug in mancarea lor calda aloe, care dizolva proteinele si ajuta la o mai buna asimilare a hranei. Insa nu numai caii reactioneaza la un astfel de supliment. Stiu un barbat din California care a antrenat multa vreme porumbei de rasa, dar nu a obtinut nici o performanta cu ei. Dupa ce s-a obisnuit sa le amestece aloe in mancare, porumbeii au inceput sa se claseze pe primele locuri la intreceri. Poate parea o coincidenta, dar nu este asa."

Un atlet olimpic din Australia care folosea constant produse cu aloe spune ca si-a sfatuit bunicul sa trateze cu gelul-minune cocosii muscati de sobolani. Cei de la cabinetul veterinar din zona recomanda vaselina. Bunicul a facut atunci urmatorul experiment: a uns cu vaselina jumatate din cocosi, iar celorlalti le-a aplicat o solutie pe baza de gel de aloe si le-a turnat si gel de aloe pe gat. In douazeci si patru de ore cei tratati cu gel au inceput sa se vindece, pe cand la ceilalti situatia s-a inrautatit. Atunci a

continuat sa trateze intregul grup de pasari cu Aloe vera, iar cocosii s-au vindecat in trei zile.
Max Skousen precizeaza la randul sau in "Ghidul plantei de aloe" ca si animalele au probleme digestive, artrite sau tot felul de afectiuni interne, iar un supliment din "vindecatorul tacut" este la fel de binefacator ca pentru oameni. Experienta a aratat, de pilda, ca o portie de Aloe vera amestecata in hrana carbohidrata pentru pasari este un remediu foarte eficint impotriva afectiunii Marek, boala infectioasa periculoasa care cauzeaza moartea. Pe de alta parte, adaugand acemanan, compus identificat in gelul de aloe, vaccinul este mai eficient, atat pentru combaterea leucemiei la pisici, cat si a virusilor la caini.
In SUA, Marea Britanie, Japonia si Franta, din ce in ce mai multi veterinari manifesta interes pentru preparatele pe baza de Aloe vera. Pentru a vindeca apatia unora dintre exemplarele pe care le trateaza, ei folosesc produse cu aplicare locala, dar si dintre cele care se administreaza intern (aceleasi ca pentru oameni) deoarece au convingerea ca energia si sistemul imunitar sunt astfel stimulate. Iata marturia unei femei foarte active prin eforturile de a salva fauna de pe proprietatea sa din Sussex:
"Am recurs la Aloe vera atat pentru oblojirea unei ciori ranite, cat si pentru nasul unui arici. Cioara avea picioarele intr-o stare jalnica; am ingrijit-o folosind crema de aloe combinata cu propolis si intr-o saptamana s-a vindecat. Un pui avea un picior ranit si gheara ii atarna inerta. Leziunile au disparut dupa ce am folosit gel de aloe. Atacata de o pisica, o femela sturz s-a ales cu o aripa sfasiata si rupta. Am tratat-o din plin cu un spray de aloe pentru uz veterinar si i-am imobilizat aripa intr-un pansament cu lotiune pe baza de aloe; pasarea s-a vindecat si am lasat-o in libertate.
Cu acelasi tip de lotiune si o crema de aloe cu propolis, am tratat si doi Golden Retrieveri din cei sase caini ai mei. Aveau rani datorate unei eczeme, care s-au vindecat insa foare repede. Am ingrijit la fel plaga profunda a unui alt caine, care-si ranise laba dreapta din fata.
Un porumbel salvat din ghearele unui ogar avea un piciorus rupt si mai multe leziuni pe corp. Veterinarul a remediat fractura, dar sub atela se formase un fel de tumoare. Multumita unui gel de aloe pe care l-am folosit din belsug, tumefierea a disparut si cand am indepartat atela, piciorul era vindecat, iar ranile cicatrizate.
Un corb atacat de cotofene a fost ranit la gat si la aripa. Tratamentul cu lotiune si crema cu Aloe vera l-a refacut complet si, dupa cateva saptamani, am putut sa-i dau drumul in padure. O fazanita lovita de masina a fost aproape scalpata; avea o gaura la cap si o plaga urata la gat. Ca s-o ingrijesc, am folosit tot o crema de aloe combinata cu propolis. Dupa cateva sapatamani, timp in care un fazan a facut continuu parada in fata custii ei, sperand ca fazanita o sa iasa, am putut sa-i redau libertatea, caci era complet vindecata.

O gasca mare, alba, fusese serios maltratata de o vulpe; a trebuit sa-i amputez o aripa, iar dupa operatie i-a aparut o plaga urata. Am tratat-o cu crema de aloe si propolis, care a favorizat o cicatrizare foarte rapida. De altfel, am remarcat ca acest tip de unguent este in mod special potrivit pentru tratamentul ranilor la pasari. Ea penetreaza pielea usor si total, fara sa se incleieze, ceea ce face ca atunci cand ajunge pe pene sa nu deranjeze.
Un iepuras lovit de masina avea un ochi foarte bolnav; i l-am ingrijit cu o solutie diluata de aloe si l-am sters cu apa distilata. Ochiul s-a vindecat repede si iepurele s-a putut intoarce in padure pentru a face ceea ce se pricep iepurii sa faca cel mai bine!
Am avut si un pui de arici care abia cantarea 50 g si al carui bot fusese muscat de o pisica. Nu putea sa respire si in acelasi timp sa suga din biberonul cu care-l hraneam. El alterna aspirarea laptelui cu respiratia. Aplicandu-i zilnic pe botisor o crema de aloe cu propolis, s-a vindecat perfect si a crescut ajungand la 1 kg. I-am dat drumul in natura.
Uneori m-am tratat chiar eu de intepaturi, zgarieturi si alte mici accidente. Intr-o zi, o cucuvea pe care o tineam la piept cu o mana s-a speriat si mi-a infipt ghearele ca niste carlige foarte puternice si indoite la varf. Mi-a srapuns foarte adanc sanul stang si am sangerat mult. O crema de aloe in combinatie cu propolis mi-a calmat durerea si plaga s-a cicatrizat rapid.
Desi Aloe vera de uz veterinar a fost conceputa special pentru animale, pot sa spun ca a facut minuni atunci cand am fost muscata la antebrat de unul dintre papagalii mei, mari mancatori de carne, pe care o sfasie cu ciocurile lor ascutite. Ciupitura de papagal necesita, in general, injectie antitetanica (eu am intotdeauna la indemana ceea ce imi trebue) si provoaca frecvent infectii care se pot dovedi foarte grave. In caz de urgenta, trebuie pulverizat spray de aloe. Asa procedez inainte de a aplica crema de aloe si propolis, tratament pe care l-am repetat atunci timp de doua zile. Incidentul a fost repede uitat si eu sunt inca vie pentru a vi-l povesti!"
Multi oameni au recurs la produse din Aloe vera pentru a ingriji ranile animalelor de companie. Iata cateva exemple cu privire la cainii si pisicile care au profitat de proprietatile acestei plante speciale:
"Cainele meu a avut la inceput o infectie la urechi dupa ce a inotat intr-o balta din padure. I-am pus in fiecare ureche doua picaturi dintr-o solutie pe baza de aloe si i-am spalat si curatat exteriorul pavilioanelor cu acelasi produs. Cainele a incetat sa se mai scarpine si s-a simtit mult mai bine. A doua zi, dupa alte doua tratamente de acest fel, s-a vindecat complet. De atunci am folosit mereu aceasta solutie pentru toaleta urechilor sale."
"Acum un an si jumatate motanul meu, in varsta de 17 ani, a avut un accident vascular cerebral, urmat de doua replici. Asta s-a petrecut inainte sa stiu de Aloe vera. Dupa interventia veterinara pe care a suportat-o, si-a revenit greu si cadea din picioare din senin. Acum sase luni slabise foarte mult si blana i se rarea. A inceput sa refuze hrana la care ii adaugam

vitamine sub forma de pudra. Atunci am hotarat sa-i amestec in mancare un varf de lingurita cu gel de aloe, crescand apoi doza pana la trei sferturi de lingurita pentru fiecare dintre mesele cotidiene. Dupa cateva zile nu-i mai cadea parul, iar doua saptamani mai tarziu crescuse in greutate si-si regasise stralucirea blanii. Am continuat sa-i dau Aloe vera timp de sase saptamani si astazi pisica este in forma, totdeauna gata de joaca. Saptamana trecuta chiar a prins un soricel."

"Cainele meu a alergat si a sarit fara incetare in timp ce ne plimbam prin padure. Dar la intoarcerea acasa mi-am dat seama ca sangereaza abundent, datorita unei rani larg deschise la cutia toracica, lunga de 3 cm si adanca de 1 cm. Am spalat bine rana cu un sapun din Aloe vera, i-am lipit cu leucoplast o compresa imbibata cu gel si am repetat operatia aceasta de patru ori. A doua zi, in locul sapunului am utilizat o solutie care contine un procent foarte mare de Aloe vera lichida, am curatat palga, am refacut pansamentul cu gel si am pus din nou leucoplast.

Doua zile mai tarziu am putut sa-l plimb in lesa, pentru a evita sa-si murdareasca rana. A treia zi, marginile plagii au inceput sa se stranga, nu mai era atat de adanca; se formase o crusta subtire cu un orificiu de drenaj in mijloc, pe unde curgea un lichid transparent si lipsit de miros. Desi in jurul ranii pielea era inca fierbinte si inflamata, plaga devenise roz si curata. La suprafata nu exista nici un semn de infectie. De fiecare data cand vedea tubul de Aloe vera – de patru ori pe zi – cainele se rostogolea bucuros pe podea. Dupa zece zile, crusta devenise tare."

"Cumparand gel de Aloe vera pentru mine, am descoperit ca era la fel de binefacator pentru unul dintre setterii mei irlandezi. De cativa ani cainele sufera de hernie hiatala care ii provoaca exces de mucus, eructatii si exces de bila. In ciuda unui tratament cu sirop Tegament, situatia devenise insuportabila. Ne puneam deja intrebarea daca sa-i facem injectia letala. Din intamplare i-am dat un plic de gel de aloe. Din acel moment n-a mai vomitat decat o data pe zi in loc de patru ori, cum facea inainte. Eu am continuat sa iau aloe pentru propriile mele probleme digestive."

"Timp de mai multi ani, cainele meu, o corcitura de Collie, a suferit de primavara pana vara tarziu de alergie la polen. Tratamentul pe baza de steroizi era eficace, dar avea efecte secundare (crestere in greutate si sete excesiva). Am inceput sa folosesc un spray cu Aloe vera de uz veterinar, pulverizand lichid asupra zonelor iritate si am redus steroizii la un comprimat pe zi. Plaga pe care o avea la o laba a reactionat foarte bine la tratament si s-a cicatrizat rapid."

Iata marturia medicului veterinar Viorica S. care s-a convins de beneficiile plantei aloe in practica sa: "Suferinta oamenilor este impresionanta pentru medic, dar cel putin el poate comunica fara probleme cu pacientii si astfel sunt sanse mari sa ajute la vindecarea lor. Doctorul veterinar citeste in ochii

animalelor pe care le ingrijeste dureri pe care necuvantatoarele nu le pot exprima. Si este dornic sa le aline, caci sunt vulnerabile si neajutorate.
Sunt medic primar veterinar si conduc Sectia de Micologie a Institutului de Diagnoza si Sanatate Animala din Bucuresti. Experienta indelungata mi-a prilejuit tratarea multor cazuri pentru care am utilizat medicamentele de sinteza recomandate in mod frecvent. M-am confruntat uneori cu neajunsurile efectelor secundare, pe care multa vreme le-am considerat un rau necesar.
Folosirea unor remedii pe baza de aloe mi-a dovedit insa ca noi, doctorii, putem fi de ajutor si fara sa stricam cu o mana ceea ce reparam cu cealalta. Vindecarile la care am asistat au fost chiar socante. Intr-un timp mult mai scurt decat in cazul tratamentelor alopate, fara complicatii sau reactii secundare si cu un raspuns uimitor din partea animalelor care dupa doua-trei zile de la inceputul curei deschideau singure gura sa-si primeasca portia de gel de Aloe vera.
Pare greu de crezut? Nici eu nu am fost convinsa pana nu am vazut cu ochii mei. Si pentru a va incredinta ca toate acestea nu sunt vorbe goale, las faptele sa povesteasca.
1. Ca urmare a unui tratament intensiv cu antibiotice, cainele a capatat candidoza bucala. Pe limba si pe toata suprafata interna a mandibulei au aparut depozite ingrosate de substanta cremoasa care ii produceau o usturime insuportabila. Evident ca in asemenea conditii nu se mai putea hrani si nu mai accepta nici macar lichidele. In plus, era prada unei agitatii neputincioase care nu inceta nici in toiul noptii.
S-a inceput tratamentul cu solutie de aloe si extract de plante si propolis de mai multe ori pe zi, separat pe toata suprafata mucoasei bucale. Leziunile au inceput sa dispara dupa patru-cinci zile de la interventie, starea generala s-a ameliorat, cainele a putut fi hranit cu lapte, iar iritatia i-a trecut. Dupa doisprezece zile de cura, depozitele de Candida albicans au disparut si mucoasa si-a revenit la culoarea normala. Analizele de laborator au fost negative atat la incheierea tratamentului, cat si dupa o luna si jumatate. Merita subliniat ca folosirea medicamentelor de sinteza recomandate in asemenea situatii ar fi prelungit vindecarea pe o perioada de cel putin o luna si jumatate.
2. Tricofita (Trichophyton verrucosum) este un dermatofit care paraziteaza la carnasieri, producand caderea parului intai pe zone restranse (banutii tricofitici), apoi prin extindere, pe toata suprafata corpului. Soricarul pe care l-am tratat se imbolnavise in urma cu doua luni si nu primise nici un fel de ingrijire medicala. Cand a fost adus la consult se scarpina permanent, prezenta zone sangerande cu suprainfectii, iar pielea era deja ingrosata.
In urma analizelor de laborator am stabilit diagnosticul si am recomandat o solutie de aloe cu extract de plante si propolis de doua ori pe zi. Dupa sase

zile ameliorarea era evidenta: cainele nu se mai scarpina atat de mult, dormea linistit, ii revenise pofta de mancare.
Dupa trei saptamani de la inceperea tratamentului a fost vindecat din punct de vedere clinic. Pielea si-a revenit la normal – nu mai avea aspect de corn, iar parul incepuse sa creasca. Analizele efectuate la o jumatate de luna de la incetarea curei au fost negative. Un tratament alopat administrat local si pe cale generala ar fi fost extrem de incomod si ar fi presupus luni de zile."
Multe alte persoane vorbesc despre diverse remedii cu Aloe vera pe care le-au folosit cu succes pentru a-si trata animalele de eczeme, artrite, colite sau alte tulburari digestive. Sa fie necuvantatoarele la curent cu teoria despre efectul placebo sau sunt complice cu entuziastii sustinatori ai miracolului aloe?

Capitolul 14

O MANUSA ARUNCATA STIINTEI

Doctorul Peter Atherton, cercetator la Universitatea Oxford, studiaza de multi ani efectele medicale ale plantei Aloe vera. El a absolvit Universitatea din Leeds in 1968, a obtinut apoi diploma in obstetrica devenind membru al Colegiul Regal al Medicilor si, dupa o practica de trei ani la Spitalul de Dermatologie Stoke Mandeville, s-a specializat si in boli de piele.
In lucrarea "Principiile de baza ale plantei Aloe vera – Actiuni si marturii", doctorul Peter Atherton raspunde celor interesati de utilizarile acesteia in viata de zi cu zi – dar mai ales profesionistilor care doresc o explicatie stiintifica despre ceea ce este si cum actioneaza ea. De aceea autorul prezinta cateva dintre rezultatele preliminare ale programului de cercetare de la Universitatea Oxford.
Potrivit studiilor sale, Aloe vera se remarca datorita urmatoarelor componente:
VITAMINE – planta este foarte bogata in vitamine, in special in vitamina A antioxidanta (beta caroten), C, E si chiar in vitamina B12, prezenta in foarte putine plante;
ENZIME – cateva tipuri de catalizatori biochimici luati oral ajuta digestia prin dizolvarea grasimilor si a zaharurilor; alte enzime reduc inflamatia excesiva cand planta este aplicata pe piele;
ZAHARURI – cunoscute ca mucopolizaharide care intaresc sistemul imunitar si ajuta la detoxifiere. Gelul de aloe contine mono si polizaharide – glucoza si manoza ajung prin pinocitoza in sange, unde au un efect imunoreglator;
STEROLI – colesterolul, campesterolul, lupeolul, sitosterolul sunt agenti antiinflamatori;
ANTRACHINONELE – doisprezece compusi fenolici se gasesc in seva plantei, in cantitati mici; cand nu au efect purgativ, ajuta absorbtia din tractul gastrointestinal, au efecte antimicrobiene si de reducere a durerii, precum si actiune antivirala;
LIGNINA – o substanta inerta in sine, a carei prezenta confera gelului de aloe un efect penetrant;
SAPONINELE – formeaza 3% din gelul de Aloe vera care le datoreaza capacitatea de purificare si proprietatile antiseptice;
ACID SALICILIC – are proprietati antiinflamatorii si antibacteriene;
AMINOACIZI – corpul are nevoie de douazeci si doi de aminoacizi; gelul de aloe asigura douazeci dintre acestia (sapte din opt aminoacizi esentiali pe care organismul nu-i poate sintetiza).

Cercetarile doctorului Atherton au evidentiat ca Aloe vera are efecte spectaculoase in doua domenii: refacerea tesutului epitelial afectat si asupra sistemului imunitar.
Epiteliu este un teren anatomic ce se defineste ca "un strat de celule care acopera suprafata corpului sau captuseste o cavitate." Deci pielea, cel mai mare organ uman, este si cel mai mare tesut epitelial ce captuseste cavitatea bucala, tractul gastrointestinal, nasul si sinusurile, rinichii si tractul genital.
Potrivit concluziilor doctorului Atherton, nu este asadar surprinzator ca Aloe vera grabeste vindecarea arsurilor sau a eczemelor, ca si a ulcerelor gastrice, duodenale, bucale sau afectiunilor intestinului, toate tesuturi epiteliale. Dr. Peter Atherton avertizeaza insa ca planta nu este un panaceu, nu are efect asupra bolilor, dupa cum sugereaza unii, ci actioneaza mai ales asupra suprafetelor si a membranelor.
Bolile care au drept cauza tuburarile sistemului imunitar, de exemplu astmul, precum si sindromul oboselii postvirale si unele forme de artrita, sunt si ele vindecate cu ajutorul plantei aloe. Studiile doctorului Atherton asupra acestei chestiuni au vizat pacienti care:
• aveau tulburari ale unui tesut epitelial;
• aveau o problema imunitara, precum artrita reumatoida.
Tratamentul a fost aplicat pacientilor cu tulburari cronice care nu mai raspundeau pozitiv la terapiile conventionale si a condus la rezultate cu o rata a succesului de 70% peste asteptari. In privinta tulburarilor pielii, s-au obtinut cele mai bune rezultate, mai ales in eczema juvenila. Crema cu aloe si propolis a avut efect antibacterian, antiinflamator si de hidratare.
Doi pacienti cu urticarie cronica s-au vindecat, iar cativa adulti cu acnee rozacee – o boala in care pielea faciala e rosie tot timpul si prezinta mici bubite – au remarcat, de asemenea, o atenuare a afectiunii folosind crema de doua-trei ori pe zi. Multi pacienti au observat imbunatatirea calitatii pielii care a devenit mai fina si mai matasoasa.
Acest fapt a confirmat actiunea de reintinerire a plantei Aloe vera, gratie polizaharidelor care hidrateaza pielea si stimuleaza reactia rapida a fibroblastelor ce produc colagenul si fibrele elastice. Studiile au aratat, in plus, ca aloe are capacitatea de a interfera cu enzimele care produc melanina, preintampinand formarea unor portiuni care imbatranesc pielea. De aceea, daca se aplica Aloe vera in mod regulat si o perioada suficient de lunga de timp, aceste pete dispar incetul cu incetul.
S-a constatat ca planta are rezultate si in ulcerele digestive. Dr. Jeffrey Bland de la Institutul de Stiinte si Medicina "Linus Pauling" din California a studiat efectul aloei asupra tractului gastrointestinal la oamenii sanatosi. El a descoperit cateva efecte masurabile – miscarea alimentelor prin intestine este mai rapida, digestia si absorbtia mai buna a proteinelor, normalizarea populatiilor bacteriene. Avand in vedere aceste rezultate, dr. Atherton s-a hotarat sa testeze efectul plantei aloe asupra sindromului

intestinului iritabil, o boala frecvent intalnita, care afecteaza peste cinci milioane de oameni in Marea Britanie.
Acest sindrom complex are o componenta psihica si una fiziologica; este considerat o tulburare functionala a intestinului, care atunci cand este examinat pare normal. Nu se cunoaste cauza bolii si nici un tratament medical conventional eficient. Cei afectati de acest sindrom se plang de dureri abdominale, balonari, diaree si uneori constipatie, precum si de alterarea peristaltismului intestinal. Consumul regulat de gel de aloe a dat rezultate foarte bune la majoritatea pacientilor care l-au incercat. Din nefericire insa, daca nu se mai bea gel, in unele cazuri simptomele reapar.
Aloe vera a avut efecte semnificative numai in cure lungi, concluzioneaza medicul englez. Rezultatele acestor cercetari asupra tulburarilor sistemului imunitar au aratat ca pacientii afectati de artrita si de astm au reactionat bine. Sub influenta plantei, bolnavii de artrita au redus numarul de tablete antiinflamatorii si durerea s-a diminuat. Astmaticii au renuntat la inhalatii cu steroizi.
Aceste succese se datoreaza efectului antiinflamator al aloei si efectului asupra sistemului imunitar. In privinta pacientilor cu sindrom post viral, doar 40-50% dintre ei au avut beneficii in urma tratamentului cu aloe. In finalul lucrarii, dr. Atherton isi exprima speranta ca proprietatile uimitoare ale acestei plante vor demonstra ca este un medicament natural autentic, nu doar un mit.
Doctor Robert Davis a absolvit prestigiosul Colegiu Academic Kings, apoi si-a copletat studiile medicale la Universitatea Rutgers. A semnat doua sute de articole in arii de cercetare variate si este profesor emerit la un colegiu de medicina din Pennsylvania. In cartea "Aloe vera – o descriere stiintifica", dr. Davis discuta modelul pe care l-a dezvoltat de-a lungul anilor pentru a explica de ce produc componentii biologici activi din aceasta planta toate efectele pozitive despre care am vorbit. El numeste acest model sinergic "conceptia dirijorului din aloe"; dirijorul sunt polizaharidele, iar ceilalti agenti activi sunt orchestra.
Cercetarea sa are toate datele pentru a demonstra cum reuseste aloe sa atace o gama larga de afectiuni. De altfel, dr. Robert H. Davis a demonstrat experimental ca aloe elimina durerea, inflamatia, artrita si ajuta la vindecarea ranilor. "Acum nimeni nu mai poate spune ca planta de aloe este mit sau magie, pentru ca eficacitatea sa este atestata si de rezultatele cercetarilor stiintifice legate de inflamatii, ameliorarea durerilor si tratarea ranilor."
O intamplare fericita de la mijlocul anilor '70 i-a trezit doctorului Davis interesul pentru Aloe vera. In timpul unui experiment in laborator, cand cauta antiinflamatori naturali ca alternative la cortizon si alte medicamente pe baza de steroizi, a luat din greseala gel din frunza de aloe ca subiect de control pentru experimentul sau. Cand a analizat rezultatele, proba de aloe

a produs cele mai spectaculoase raspunsuri antiinflamatorii pe care le observase vreodata in cazul unei substante naturale. A studiat literatura stiintifica in privinta utilizarii si experimentelor cu aloe si s-a hotarat sa faca el insusi cercatarile pe care le-a consemnat in cartea sa.
In capitolele II si III dr. Davis descrie structura plantei Aloe vera, originea, procesul prin care se produce o aloe buna si eficienta sa. In capitolul IV arata cum poate actiona aloe ca un vehicul biologic activ, ajutand celelalte substante sa patrunda in piele.
In capitolul V dr. Davis isi descrie experimentele cu extras de etanol din aloe, folosit in vindecarea ranilor si experimenatele antiinflamatorii realizate cu pungi sinoviale simulate, pentru a arata cresterea activitatii si a numarului fibroblastelor. In capitolul VI vorbeste despre sporirea elasticitatii pielii prin stimularea productiei de fibre elastice. In capitolul VII prezinta principalii factori de regenare si de vindecare a ranilor, precum si experimentele cu animale bolnave de diabet, in cazul carora se stie ca vindecarea leziunilor dureaza mult. Conchide ca giberelina din aloe poate fi un important factor de dezvoltare. Capitolul VIII prezinta planta de aloe ca un promitator vindecator al multor boli – datorita calitatilor sale imunomodulatorii – ca in cazul infectiei HIV si al inflamatiilor.
Capitolul IX analizeaza sterolii prezenti in Aloe vera – se stie ca lupeolul, campesterolul si betasitosterolul au toate efecte antiinflamatorii. Dr. Davis foloseste modelul artritelor reumatoide in care gelul de aloe este agent antiinflamator, iar daca exista si rani, contribuie la vindecarea lor. Terapiile standard care folosesc steroizii au efecte negative asupra plagilor, pe cand gelul de aloe dimpotriva, accelereaza vindecarea acestora.
Capitolul X compara efectele aspirinei si ale produselor pe baza de aloe; se stie ca aspirina, luata in cantitati mari, necesare impotriva inflamatiei, poate fi toxica. Dr. Robert H. Davis a constatat ca, impreuna, aceasta planta si aspirina atenueaza durerea, actiunea inflamatorie e mai redusa si sunt micsorate si efectele secundare negative.
Capitolul XI prezinta multe explicatii si diagrame despre "conceptia dirijorala" a produselor pe baza de aloe. In sfarsit, finalul reuneste toate conceptele care au fost confirmate dupa mai mult de douazeci de ani de cercetare. Fiecare capitol se termina cu un set de referinte stiintifice si cu un index foarte bun.
In prezentarea activitatii bilogice a plantei Aloe vera, dr. Robert H. Davis prezinta mai intai ingredientii din gelul aflat in frunza: manoza si glucoza sunt cele mai importante zaharuri; sterolii din gel au actiune antiinflamatorie; aminoacizii, triptofanul si fenilalanina reduc inflamatia; mineralele precum zincul sunt foarte importante in vindecarea plagilor; antrachinonele in cantitati reduse au o buna activitate antiinflamatorie, acidul salicilic este puternic activ din punct de vedere biologic.

In procesul de fotosinteza care are loc la nivelul frunzei de aloe dioxidul de carbon si apa sunt transformate intr-un carbon activ care este folosit pentru a produce hidrocarbonati, lipide, proteine si vitamine. Celula de Aloe vera, vizibila la o putere de marire de 40.000 de ori, este delimitata de doua membrane celulare, iar in citoplasma are un nucleu mare.
Aloe vera poate preveni artritele degenerative in proportie de 72% si poate duce la regresia acestei boli in procent de 22-26%, intr-un dozaj de 150 mg/kg corp pe zi. Cercetarile doctorului Davis au aratat ca tratarea locala a artritelor degenerative cu o combinatie de aloe, RHA si vitamina C a produs o inhibitie preventiva de 25,2% si o inhibitie regresiva de 45,1% la un dozaj de 1,5% concentratie a fiecarei componente. Fenilalanina, sinergizata cu hidrocortizon acetat, reduce edemele locale. S-a evidentiat, de asemenea, efectul de vehicul al plantei Aloe vera pentru acetatul de hidrocortizon in inhibarea infiltratilor de PMN si la aplicarea locala de steroid. Ea este un bun vehicul pentru vitamina C si pentru alti agenti importanti – triptofanul si fenilalanina au o foarte buna actiune locala antiinflamatoare, in inhibarea migratiei de PMN – efectul inhibitor asemanator cu cel al steroizilor. Aloe vera poate trata edemele la animalele diabetice intr-o doza-raspuns de pana la 80% la un dozaj cuprins intre 10-100 mg/kg corp. Un raspuns similar s-a obtinut cu aloe in cazul animalelor diabetice in ceea ce priveste inhibarea infiltrarii cu PMN. In mod cert, Aloe vera poate bloca substantele vasodilatatoare generatoare de inflamatii, are o actiune constrictiva asupra vaselor mici de sange, poate bloca infiltrarea de PMN si, in plus, inhiba producerea de radicali liberi. Aloe vera este un modulator. Are un sistem inhibitor capabil sa blocheze sistemul imunitar al animalelor bolnave de arterita si poate bloca mediatorii responsabili de inflamatie. Gelul are un sistem stimulator prin care poate accelera productia de anticorpi si poate sustine vindecarea ranilor cu ajutorul factorilor de crestere cum ar fi giberelina, auxina si fosfatul de manoza.
Dr. Robert H. Davis subliniaza ca toate cercetarile efectuate indica faptul ca Aloe vera este activa in vindecarea ranilor si a inflamatiilor, atat administrarea locala, cat si oral, chiar in cazul animalelor diabetice. Gowda a demonstrat in 1979 ca fosfatul de manoza este cel mai important constituent in extractul de Aloe vera. In acelasi timp, Morgan a aratat ca fosfatul de manoza se leaga de receptorul pentru insulina.
Studiile lui Willenberg din 1989 au dovedit actiunea antiinflamatorie a fosfatului de manoza a carui capacitate de a accelera vindecarea ranilor este evidenta, dar nu au evidentiat nici un raspuns la fosfatul de glucoza. Cercetarie doctorului Davis au concluzionat ca moleculele din aloe constau dintr-o proteina la un capat si fosfatul de manoza 6 la celalalt capat. Lantul de polizaharide contine o glucoza care este leagata covalent de proteina cu zaharurile de manoza 6 migrand catre insulina, ca si factor de crestere a

fibroblastelor. Asa cum au demonstrat si alte studii, molecula de aloe poate stimula fibroblastele sa sintetizeze colagenul. Efectele produselor din Aloe vera cercetate pana in prezent constau deci in calmarea durerii, reducerea inflamatiei si stimularea regenerarii tisulare, iar pentru a produce efecte biologice planta poate avea o relatie sinergica cu peste o suta de compusi. Dr. Robert H. Davis si colaboratorii sai concluzioneaza ca este posibil ca Aloe vera sa actioneze ca un fel de dirijor care conduce o orchestra de numerosi ingredienti biologici activi, subliniind ca ar "putea parea o indrazneala sa consideram sau chiar sa postulam ca fiecare substanta este responsabila pentru activitatea biologica observata la gelul de Aloe vera." Jeffrey Bland de la Institutul de Stiinte si Medicina "Linus Pauling", a publicat in martie-aprilie 1985 un studiu despre efectul consumului oral de suc de Aloe vera asupra fiziologiei tractului digestiv la oamenii sanatosi. Aceasta cercetare masoara efectul consumului oral de suc de aloe asupra microbiologiei fecalelor. Rezultatele au aratat ca gelul de aloe luat oral este bine tolerat de majoritatea persoanelor si are efecte favorabile asupra unui numar de parametri gastrointestinali. De asemenea, este prezentata si o discutie despre rolul potential al gelului de aloe asupra unor tulburari inflamatorii intestinale.

Acest studiu al doctorului Bland a implicat zece subiecti sanatosi: cinci barbati, cu o varsta medie de 42 ani si cinci femei, cu o varsta medie de 32 ani. Experimentul semicontrolat a presupus ingurgitarea sucului de Aloe vera in conditiile in care voluntarii si-au pastrat dieta si modul de viata obisnuit, nu au consumat alimente speciale si nu au gasit noi modalitati de a-si petrece timpul.

Subiectii au fost supusi unei evaluari a secretiei de acid gastric prin procedura radiotelemetriei Heidelberg. Aceasta procedura implica inghitirea unei sonde sensibile la pH, care inregistreaza valoarea medie a pH-ului stomacului si duodenului. Procedura permite cuantificarea in vitro a pH-ului gastrointestinal prin pozitionarea sondei in tractul respectiv. Dupa un timp ce a permis sondei sa se echilibreze in stomac, a fost servita o masa tonica pentru a stimula secretia de acid clorhidric. Aceasta masa continea 40% din calorii in proteine, 50% in carbohidrati si 10% grasimi, vitamine, minerale. Dupa o ora subiectii au baut 200 ml de apa si au fost rugati sa stea in picioare pentru ca acea sonda sa treaca in duoden, unde pH-ul a fost monitorizat inca doua ore si jumatate. Dimineata s-au recoltat probe de coprocultura si urina pentru a completa gastrograma Heidelberg. In urina a fost analizat sulfatul indoxil, o substanta metabolizata din triptofan. Prezenta sulfatului de indoxil in urina este un indicator al gradului in care proteinele din alimente nu sunt asimilate. Prin coprocultura au fost analizate populatiile microbiene si evidentiate bacteriile patogene.

Dupa terminarea acestui prim set de analize, fiecare subiect a fost rugat sa consume 200 ml de gel concentrat de Aloe vera – cate 50 ml pe zi, timp de sapte zile, dupa care li s-au recoltat analize.
Evaluarile datelor inregistrate pentru fiecare subiect inainte si dupa consumarea gelului de aloe au aratat schimbarile indicatorilor urinari, coprologici, ai pH-ului gastric si ai miscarilor intestinale. Valorile indicatorior urinari au scazut in medie cu o unitate dupa o saptamana de consum de aloe. Acest fapt este un indiciu al conversiei scazute a bacteriilor intestinale, un semn de imbunatatire a absorbtiei si a digestiei proteinelor dupa tratamentul cu gel de aloe. Datele furnizate de coprocultura sugereaza imbunatatirea retentiei de apa si scaderea timpului tranzitului intestinal. Analizand rezultatele pH-ului gastric s-a concluzionat ca Aloe vera actioneaza ca un agent armonizator in intestin; avand pH-ul optim in medie 5, poate fi considerata o substanta alcalina.
Dintre cei zece subiecti ai studiului, sase au prezentat modificari in microbiologia fecalelor. Pentru patru dintre acestia care aveau ciuperci (fungi), dupa administrarea gelului analizele efectuate la final nu au mai evidentiat probleme. Consumul oral de gel de aloe are deci o actiune bacteriostatica si fungistatica.
Toleranta subiectilor la gelul de aloe a fost in general buna. Unul s-a plans de gaze, iar altul de crampe intestinale care s-au diminuat insa in timpul curei. Ceilalti opt subiecti n-au mai avut diaree, greata, balonare, patru subiecti au observat o imbunatatire a activitatii digestive si a confortului gastrointestinal dupa mese. Majoritatea subiectilor a observat o crestere a energiei si o stare de bine – imbunatatirea eliminarii scaunelor care indica o mai buna retinere a apei si o imbunatatire a motilitatii gastrointestinale, alaturi de reducerea duratei tranzitului intestinal.
Aloe vera a modificat biotica colonului – prin continutul sau de agenti microstatici si bacteriostatici, iar pH-ul gastrointestinal a crescut cu 1,86 unitati. Aceasta ar putea sprijini ipoteza ca gelul de aloe poate actiona ca un antiacid bland – pH-ul sau de 4,6 avand capacitatea de tampon.
In sfarsit, scaderea indicatorilor urinari a aratat imbunatatirea activitatii bacteriene din colon si imbunatatirea asimilatiei proteinelor. Faptul ca proteinele din alimentatie sunt asimilate mai bine si sunt supuse mai putin putrefactiei poate fi o explicatie a utilizarii gelului de Aloe vera pentru tratarea alergiilor. Stim din lucrarea dr. Hemming ca proteinele incomplet digerate, precum glutenul din garu sau caseina din lapte, pot fi transportate prin mucoasa intestinala in circulatia sistemica si pot initia reactii alergice.
Potrivit concluziilor acestui studiu, functiile gelului de Aloe vera in fiziologia intestinala ar fi reglarea pH-ului intestinal, imbunatatirea peristaltismului intestinal, normalizarea scaunelor, reducerea unor microorganisme din flora intestinala – toate acestea asigurand o digestie mai buna si absorbtia proteinelor alimentare, precum si reducerea

proceselor de putrefactie din colon. Efectele benefice ale sucului de aloe se pot datora si impiedicarii antigenilor de a patrunde in mucoasa intestinala, preintampinand astfel tulburarile inflamatorii ale intestinului.
Prin acest studiu se confirma faptul ca gelul de aloe este bine tolerat de indivizii sanatosi si nu are efecte adverse asupra fiziologiei gastrointestinale. Dimpotriva, imbunatateste peristaltismul intestinal, reduce putrefactia proteinelor in colon, reduce balonarea dupa mese, flatulenta, ceea ce indica o imbunatatire a florei bacteriene a colonului.
Cu ajutorul metodelor medicale moderne, o echipa de cercetatori de la Universitatea Fujita Health – Institutul de Farmacologie, formata din Keisuke Fujita, Hidehiko Beppu, Kaoru Kawai si Kan Shinpo, a evaluat in 1992 efectele produselor din aloe si a constatat ca este un agent antiinflamator, amelioreaza ulcerul gastric, normalizeaza glucoza in sange, sunt eficiente in tratamentul cancerului, vindeca arsurile si ranile grave, nu numai aplicand gelul de aloe pe plaga, ci si prin consum oral.
Ulcerul gastric este o boala obisnuita in lumea moderna dominata de stres. Gelul de aloe, care ajuta la vindecarea lui, poate fi privit ca un remediu folositor, de aceea, considera medicii japonezi, trebuie sa existe intotdeauna in casele celor ce sufera de o asemenea boala. Asa cum s-a precizat intr-un capitol anterior, ulcerul gastric este o tulburare in care sucul gastric "digera" stomacul. Sucul gastric, care contine in principal pepsina, este secretat de stomac pentru a digera alimentele. In mod normal, sucul gastric nu "digera" stomacul, datorita stratului protector al unei membrane superficiale compuse din celule neutre mucoase care protejeaza peretele gastric. Totusi, odata ce, datorita stresului sau altor cauze, se creeaza o fisura in aceasta membrana, pepsina ataca peretele gastric, ceea ce conduce la ulceratie.
Aloe suprima mai intai actiunea pepsinei si apoi repara membrana protectoare cu ajutorul unei polizaharide prezente in gel. Introducerea experimentala a ulcerului gastric la sobolani prin astuparea pilorului a demonstrat stiintific acest mecanism de actiune a plantei studiate. Daca pilorul este astupat, sucul gastric nu poate fi eliminat din stomac si rezulta instalarea ulcerului. Totusi, sobolanii tratati cu aloe nu au facut ulcer, spre deosebire de ceilalti la care suprafata peretelui gastric a fost distrusa si a prezentat ulceratii.
Urmarind efectul produselor pe baza de aloe asupra nivelului de glucoza din sange la diabeticii obezi de varsta mijlocie, cercetatorii de la Fujita Health avertizeaza ca in zilele noastre oamenii timd sa manance prea mult si sa faca prea putin exercitiu fizic, ceea ce contribuie la cresterea numarului bolnavilor de diabet. Sunt doua tipuri de diabetici: diabeticii insulinodependenti si diabeticii non-insulinodependenti. La primii insulina este deficitara si se impune tratamentul zilnic cu insulina. Ceilalti se pot controla prin dieta. Aceasta boala a fost indusa sobolanilor, apoi s-a injectat

gel de aloe si celor din prima categorie, si celor din a doua. Cantitatea de glucoza din sange a scazut pana la normal, 120 mg dupa 8-12 ore de la injectare, in ambele situatii. Alte studii s-au focalizat pe testarea efectelor preparatelor pe baza de aloe asupra sobolanilor insulinodependenti. In acest experiment aloe a fost administrata sub doua forme: aloe A – suprafata externa, verde a frunzei si aloe B – continutul frunzei. Ambele au dus la scaderea nivelului de glucoza in sange pana la normal.
Medicii japonezi au subliniat in studiul lor ca cea mai mare preocupare a secolului al XXI-lea este suprimarea cancerului. Este ca o expeditie militara condusa de Alexandru cel Mare, care continua pana cand cancerul va fi infrant. Iar in aceasta expeditie aloe este un soldat foarte bun.
Procesul canceros implica doi pasi:
• in primul rand, un initiator actioneaza asupra genelor celulelor, cauzand o mutatie (leziune precanceroasa);
• secundar, incepe proliferarea acestor celule, instalandu-se tumorile.
Testele arata ca aloe impiedica formarea leziunilor precanceroase de catre initiatori.
Daca un agent numit DEN este administrat sobolanilor, ficatul lor dezvolta leziuni precanceroase. Cercetatorii japonezi au comparat marimea acestor leziuni (zone negre) la sobolanii tratati cu aloe si la cei netratati, iar diferenta a fost evidenta. Aloe pare sa aiba un anumit potential in prevenirea cancerului atunci cand se administreaza tratamentul DEN.
In viata obisnuita, initiatorii si promotorii cancerului sunt tutunul, adjuvantele alimentare, poluantii din aer, stresul etc. Este imposibil sa eviti complet toti acesti factori; de aceea, pentru a preveni cancerul, este foarte bine sa folosim gelul de Aloe vera in paralel cu efortul de a avea un regim de viata cat mai sanatos.
In studiul Aloe vera – o misiune descoperita, Lee Ritter subliniaza eficienta aloei in tulburarile virale terminale. Cercetarea efectuata in 1991 a creat o legatura intre Spitalul Veterinar Irving din Texas si Facultatea de Medicina Veterinara de la Universitatea din Texas.
Virusul leucemiei la feline este un retrovirus asemanator cu cel care produce SIDA; 40% din pisici mor din cauza bolii in patru saptamani, iar 60% in opt saptamani. Acest virus este considerat cea mai importanta cauza a bolii si a mortii pisicilor domestice. Studiul a fost facut pe cincizeci de pisici; toate erau foarte bolnave de leucemie si nu mai raspundeau la tratamentul conventional. Pisicile au fost injectate regulat cu un extras din gelul de aloe. Rezultatele studiului au fost urmatoarele: dupa douasprezece saptamani de tratament douazeci si noua din pisicile tratate erau inca in viata, doua nu au urmat perseverent tratamentul, o alta a murit din cauze necunoscute.
Rata de supravietuire a fost de 71% – cinci pisici au murit datorita tumorilor in noua zile de la inceperea studiului, dar s-a considerat ca se

aflau in stadiul terminal al bolii si n-ar fi putut si salvate de nici o terapie. Alte sapte pisici au murit dupa douasprezece saptamani, iar alte trei in urmatoarele patru saptamani. Noua pisici au murit sau au fost supuse eutanasiei intr-un interval de doua luni, iar alta a murit la cinci luni dupa ce a fost diagnosticata de leucemie.
Toti stapanii pisicilor care au supravietuit au relatat ca sunt multumiti de rezultatele tratamentului, confirmand faptul ca acestea au revenit la starea normala, ca sunt sanatoase si pline de energie. Studiul este important din doua motive. In primul rand, cele douazeci si noua de pisici, care potrivit tuturor previziunilor ar fi trebuit sa moara, erau in viata dupa douasprezece saptamani si aparent sanatoase. In al doilea rand, datorita acestui studiu si altor documentatii, Departamentul Agriculturii din SUA a acceptat folosirea aloei in unele terapii si aceasta a fost prima aprobare oficiala pentru administrarea sa interna in tratarea bolilor. A fost primul pas pe un drum ireversibil. Recent, acelasi laborator a obtinut aprobarea sa folosesca produsul acemanan pentru bolnavii de SIDA.
Doctorii S.A. Ahmad si A.H. Holt de la Spitalul Universitar din Malmo au testat eficienta unei creme continand extract de Aloe vera 0,5% pe un lot de saizeci de pacienti bolnavi de psoriazis, cu varste cuprinse intre 18-50 ani. Crema a fost folosita de trei ori pe zi timp de patru saptamani, iar examinarea pacientilor a aratat o reducere progresiva a leziunilor, descuamare urmata de micsorarea eritemului si de vindecare. Crema nu a avut efecte toxice, fiind bine tolerata de pacienti. Examinati dupa opt luni, bolnavii din grupul tratat cu aloe prezentau leziuni vindecate in proportie mult mai mare (82,8%) fata de grupul caruia i se administrase o substanta placebo (7,7%). In plus, 83,3% din primul grup au fost considerati vindecati de psoriazis, fata de doar 6,6% din grupul cu placebo. Concluzia a fost ca Aloe vera reprezinta un tratament sigur si eficient pentru psoriazis.
In anul 1970, dr. Ruth Simms si dr. E.R. Zimmermann au efectuat la Institutul de Microbiologie din Dallas o serie de teste pentru a determina potentialul pozitiv al plantei asupra bacteriilor. Ei au aratat ca gelul de Aloe vera distruge virusurile Herpes simplex si Herpes zoster in mai putin de saptezeci si doua de ore. Gelul de aloe cu o concentratie de 70% distruge Stafilococus aureus, Streptococus viridans, Corynebacterium, Xerasis si Candida albicans. Intr-un alt studiu efectuat in 1971 de catre dr. Ruth Simms la Laboratorul de analize Microbiologice din Dallas, s-a demonstrat ca gelul de aloe cu o concentratie de 100% distruge in saptezeci si doua de ore parazitul Trichomonas vaginalis cu o eficienta de 100%.
In cazul unui studiu efectuat in 1991 si publicat in "Molecular Biotherapy" s-a aratat ca un extract de manoza, glucid continut de aloe, poate inhiba virusul HIV-1, care provoaca maladia SIDA. Celulele HIV-1 au fost tratate in vitro – in afara organismului – cu extract de manoza. Aloe a incetinit reproducerea virusului cu 30%, reducandu-i cantitatea totala, oprindu-i

raspandirea in afara celulelor bolnave si sporind viabilitatea celulelor infectate.
Revista "Journal of Advancement Medicine" publica rezultatele unui studiu care demonstreaza eficienta gelului de Aloe vera in regimul alimentar al pacientilor infectati cu HIV. Timp de patru luni, douazeci si noua de pacienti au baut de patru ori pe zi cate 150 ml de suc de aloe in stare pura, impreuna cu un supliment bazat pe un acid gras si cu un alt supliment alcatuit din vitamine, minerale si aminoacizi. Bolnavilor li s-a recomandat sa continue cu regimul lor normal si sa nu mai ia alti suplimenti alimentari. Dupa nouazeci de zile pacientii prezentau o frecventa mai redusa a infectiilor ocazionale, a aftelor, a starilor de oboseala si a diareei, precum si un numar crescut de globule albe, ceea ce dovedeste reactia pozitiva a sistemului imunitar. De asemenea, s-a ameliorat starea generala de sanatate. La 25% dintre pacienti, aloe pare sa fi inhibat complet capacitatea de reproducere a virusului. Cercetatorii au ajuns la concluzia ca aloe (extractul de manoza si probabil alti compusi) stimuleaza sistemul imunitar al organismului, mai ales celulele T4 sau "helper" care maresc raspunsul imunitar al organismului la infectii.
Studii recente arata ca aloe poate prelungi viata bolnavilor de cancer si le stimuleaza sistemul imunitar. In 1994 cercetatorii japonezi au publicat in revista "Yakhak Moeji" rezultatele experimentului efectuat asupra unui lot de soareci cu tumori canceroase, carora li s-a administrat aloe pe cale orala timp de paisprezece zile. Desi aloe nu a intrerupt dezvoltarea tumorilor, durata de viata a soarecilor a crescut cu 22% – in cazul celor care au primit zilnic 50 mg/kg corp.
Un alt experiment efectuat pe celule canceroase umane – in afara organismului – a pus in evidenta faptul ca in doze mari aloe incetineste considerabil inmultirea acestor celule. Intr-un articol din revista "Immunology and Immunotherapy" se arata ca un compus din aloe (lectina) injectat direct intr-o tumoare, stimuleaza sistemul imunitar impotriva celulelor canceroase. Celulele T "killer", care se leaga de celulele straine si le distrug, incep sa atace celulele canceroase injectate cu lectina.
Gelul de aloe declanseaza, deci, reactia sistemului imunitar activand macrofagele – celule albe care incorporeaza antigenii si produce eliberarea de substante imunitare si anticanceroase ca: interferoni, interleukine si factor de necroza canceroasa. In plus, afirma cercetatorii, aloe stimuleaza dezvoltarea celulelor sanatoase.

Capitolul 15

ALOE LA NEVOIE SE CUNOASTE

Desigur, Aloe vera nu este un panaceu, nu are solutia magica pentru toate bolile. Fiind o substanta naturala, de origine vegetala, are efecte benefice asupra unor simptome, dupa un timp mai indelungat decat medicamentele specifice, de origine chimica. Aceasta este in legatura cu faptul ca planta coopereaza cu sistemele noastre autoreglatoare, fara sa le forteze sau sa le aduca intr-o stare de epuizare.
Se stie ca un tratament cu antibiotice, in afara de doparea sistemului imunitar, poate sa-l domine, eliminand din sistemul digestiv bacteriile nocive, dar si pe cele benefice. Apoi e nevoie de inca sase saptamani pentru a reconstrui mediul si a repune in functie capacitatea organismului de a face fata infectiilor.
Iata cateva sfaturi menite sa-i ajute pe cei care folosesc Aloe vera pentru prima data:
1. Lasati-i timp minim de actiune (trei luni) pentru ca starea organismului sa beneficieze de o ameliorare.
2. Consultati-va cu cineva care cunoaste deja planta si modul in care acioneaza.
3. Cand incepeti sa beti gel de aloe, este bine sa determinati cu atentie doza care convine cel mai bine organismului vostru. La inceput puteti bea cate o lingurita sau o lingura pe zi. Mai tarziu puteti sa treceti la doua lingurite pe zi (una seara si una dimineata). Si daca totul este in ordine, puteti creste doza pana la trei-patru linguri de gel pe zi, media pentru adulti. Dozajul depinde de scopul urmarit; poate aveti doar nevoie sa va tonifiati. O doza de intretinere – echivalentul a doua paharute mici de vin zilnic – va stimuleaza energetic si va apara de raceli si de diversi microbi. In unele cazuri este eficient sa luati mai putin, dar in doze mici si dese, in timpul zilei, sau in doua doze puternice.
4. Cei mai multi beau gel de aloe pe stomacul gol. Dar unii spun ca ajuta la digestie cand beau inainte sau imediat dupa o masa copioasa. Si, de ce nu, si inainte si dupa, in cazuri de urgenta!
Detoxifierea este unul dintre efectele de baza ale gelului de aloe – stimuleaza eliminarea tuturor substantelor daunatoare, purifica organismul. De aceea apar uneori eruptii inexplicabile, migrene, greturi si dureri datorate impuritatilor din organism. Daca suferiti de afectiuni cronice, ca de exemplu mialgie, sindrom de iritatie intestinala sau artrita, puteti sa va confruntati cu o agravare temporara a simptomelor care reprezinta manifestarea perceptibila a procesului de detoxifiere. Si iata-ne ajunsi la punctul urmator.

5. Daca se ivesc anumite simptome fara cauza aparenta si credeti ca se datoreaza tratamentului cu Aloe vera atunci:
a) nu intrati in panica;
b) intrebati medicul sau pe cel care v-a recomandat utilizarea preparatelor pe baza de Aloe vera;
c) urmati sfaturile pe care aceasta persoana vi le va da.
Daca nu gasiti pe nimeni de la care sa puteti cere un sfat, nu mai consumati aloe timp de doua zile sau pana cand simptomele dispar. Reluati apoi gradat, incepand cu doze mici.
Veti descoperi in acest fel ca necesitatile voastre sunt mai mici decat inainte, ca trebuie sa schimbati ritmul de administrare sau ca e cazul sa schimbati doza. Dati-i organismului timpul necesar sa se acomodeze.
6. Nu uitati ca flacoanele cu suc de Aloe vera, odata deschise, trebuie conservate la frigider.
7. Copii si bebelusii pot incepe sa ia Aloe vera cate una sau doua lingurite pe zi. Se poate creste apoi cantitatea pana la doza potrivita.
8. Daca suferiti de alergie sau probleme de piele, poate este util sa faceti mai intai un test – un timbru pe care il lipiti pe piele pentru a testa reactia organismului la bautura sau lotiunea pe care va propuneti sa o utilizati.
9. Amintiti-va ca este indispensabil sa va asigurati ca o rana, mai ales daca este profunda, a fost perfect curatata inainte de a se aplica Aloe vera, care risca altfel, in virtutea calitatii ei de substanta transportoare si penetranta, sa vehiculeze impuritatile in interiorul tesuturilor.
10. Planta nu prezinta toxicitate si nimic nu impiedica folosirea ei in paralel cu un tratament medicamentos clasic.
11. Diareea, care poate sa faca parte din procesul de detoxifiere, nu este o problema decat daca dureaza mai mult de patruzeci si opt de ore. Daca este cazul, beti multa apa filtrata, caci exista riscul de deshidratare si micsorati apoi doza.
12. Constipatia se poate ameliora band o cantitate mai mare de aloe pana cand intestinul reincepe sa functioneze normal. Si in acest caz beti multa apa.

SIGURANTA SUTA LA SUTA

Daca nu sunteti convinsi pe deplin sa abordati o terapie naturala, implicit pe cea cu Aloe vera, atunci consultati un medic sau un nutritionist competent. E bine sa stiti ca marile firme producatoare de aloe au doctori si specialisti care fac sistematic cercetari asupra impactului pe care il au lotiunile, gelurile, cremele pe baza de aloe asupra sanatatii. Trebuie, de asemenea sa va amintiti ca nu toti medicii sunt la curent cu efectele benefice ale utilizarii plantei; multi dintre ei nu au auzit niciodata vorbindu-se despre asta. Este de preferat sa cereti parerea cuiva avizat.

FEMEI INSARCINATE

In trecut, femeile insarcinate erau sfatuite sa evite consumul de Aloe vera pe cale orala, caci se credea ca provoaca spasme intestinale. Aceasta este adevarat doar pentru produsele care contin inca aloina (substanta purgativa). Principalele produse care ne sunt propuse azi nu utilizeaza decat gelul din frunze, stabilizat si preparat ca sa nu contina aloina. S-a observat in ultimii ani ca multe femei insarcinate iau planta ca tonic sau ca remediu contra constipatiei, oboselii sau altor boli. Ele o considera utila pentru sanatate, deoarece le confera un surplus de energie si se dovedeste benefica in problemele digestiei.
Aloe vera nu contine doar o cantitate mare de vitamine, saruri minerale, aminoacizi, enzime si polizaharide, ci si acid folic, in mod special folositor femeilor insarcinate. Se stie cu certitudine acum ca acidul folic poate reduce riscul de spina bifida la sugari.

DIABETICI

S-a descoperit ca la unele persoane consumul de Aloe vera provoaca o crestere a cantitatii de insulina produsa de organism. Diabeticii trebuie supravegheati strict de medici, caci la unii va fi nevoie de reducerea dozei de insulina prescrisa initial, inainte de terapia cu aceasta planta.

EXISTA CONTRAINDICATII?

Aloe vera nu este o substanta toxica, deci nu exista contraindicatii. Desigur, mai intelept este, daca sunteti alergici, sa recurgeti intai la un test. Cereti sfatul unui practician in privinta utilizarii interne si, de asemenea, cand este nevoie sa ingrijiti ranile, ochii, sinusurile sau urechile. Daca este necesar, diluati gelul sau sucul de aloe cu apa distilata si filtrata.

Capitolul 16

DE LA PLANTA LA PRODUS

Ca orice materie vie, Aloe vera tinde sa se descompuna. Daca nu se aplica un tratament bine adaptat dupa recoltare, planta isi pierde potentialul si, in consecinta, eficacitatea. In ciuda tuturor precautilor, este posibil ca putina aloina sa patrunda in gel si atunci pot aparea alergii sau probleme digestive la unii indivizi. Gelul continut in interiorul frunzelor este singura parte utilizabila a plantei, iar aloina se gaseste in seva rosie-galbuie, chiar de sub pielita. Exact aceasta substanta este foarte puternic laxativa si are efect daunator asupra dezvoltarii celulelor.
Cel mai mare producator de Aloe vera din lume poseda mii de hectare de plantatii unde planta este cultivata si prelucrata pana ajunge in forma de suc, gel, crema sau gelule. Aceasta firma respecta normele de productie cele mai exigente si nu foloseste decat frunzele de Aloe Barbadensis Miller ajunse la maturitate, conservate si prelucrate gratie unui procedeu de stabilizare brevetat.
Alte firme lasa cultivarea in seama unor plantatii independente care se conformeaza specificatiilor foarte precise privind tehnicile agricole organice. Oricum, pentru a fi eficace, planta de aloe trebuie sa fie vie din punct de vedere biologic. Un procedeu de stabilizare care sa respecte aceasta este absolut necesar. Cele mai bune firme urmeaza foarte riguros normele. Se testeaza in laborator respectarea stricta a procedurilor clar stabilite pentru fiecare lot in parte, pentru a putea garanta calitatea.
Aloe vera trebuie sa fie cultivata organic, fara produse chimice, fertilizanti, pesticide sau erbicide, in nici una din etapele ciclului de cultura. Exista la ora actuala mii de hectare de plantatii in Texas, Mexic, in Caraibe, in Australia si in Extremul Orient, de unde se aprovizioneaza pietele din Japonia, Taiwan, Indonezia, Malaezia si China, cea mai mare piata a lumii. Recoltarea care se face integral manual necesita multa mana de lucru.
In pepiniere puii rasar la radacina plantelor adulte. Sunt lasati sa creasca pana ajung suficient de robusti pentru a fi transplantati in camp, unde o sa treaca patru ani pana sa ajunga la maturitate, cand concentratia de vitamine, aminoacizi, enzime si polizaharide este maxima. Frunzele bune de recoltat vor fi taiate de mana si nu de masina, pentru ca este foarte important sa se evite orice le-ar putea rani pe cele tinere situate in centrul plantei. Caci, intr-adevar, frunzele cresc si se maturizeaza foarte aproape una de alta si au dimensiuni diferite, ca in cazul unei tufe de telina, iar culesul trebuie sa se faca progresiv si cu foarte multa grija.
Ajunse in atelierul de prelucrare unde incepe tratamentul, transportate pe banda rulanta, frunzele sunt spalate. Dupa ce li se indeparteaza cele doua

extremitati, sunt taiate fasii. Esentialul este ca aceste operatii, toate manuale, sa nu striveasca si sa nu afecteze delicata structura a frunzelor. Ele sunt taiate longitudinal pentru ca gelul sa iasa mai usor. Scoarta este transformata intr-un soi de pasta destinata sa intre in compozitia unei substante organice raspandita ca ingrasamant. Gelul este colectat si aspirat prin pompare in cuve din otel inoxidabil cu o capacitate de mii de litrii fiecare. Astfel, incepe faza de stabilizare dupa o tehnica speciala, care nu utilizeaza decat ingredienti naturali.

STABILIZAREA SI PROCESAREA

Producatorii de Aloe vera de inalta calitate sunt atenti sa respecte normele farmacologice si cosmetologice cele mai stricte, conform unor proceduri foarte precise, pentru a garanta ca produsele finite nu au fost contaminate de aloina sau de alte substante, in particular de partea verde a scoartei. Nu este folosit nici un aditiv chimic.
Expresia "stabilizare" este in principal utiliazata de fabricantii cei mai importanti, de firma a carei echipa a pus la punct o metoda de conservare a gelului extras din frunze, astfel incat sa se pastreze in forma sa initiala si sa nu mai sufere procesul de oxidare. Acest procedeu, protejat prin brevetarea la nivel mondial, a necesitat ani de cercetari pentru a se putea garanta ca gelul stabilizat este din toate punctele de vedere identic celui provenit direct din frunzele mature. Aceasta tehnica foarte complexa nu perturba cu nimic actiunea sinergica naturala a tuturor compusilor din gel; le mentine prospetimea si le amplifica proprietatile curative care devin mai coerente.
De secole, in casele din toata lumea, chiar in zonele cu clima rece, se gasesc plante de Aloe vera cultivate pentru puterea de vindecare a taieturilor, arsurilor sau intepaturilor. Taind o frunza si despicand-o longitudinal, obtinem fasia al carei gel poate fi folosit pentru a frictiona partea ranita; efectul intaritor care apare este resimtit instantaneu. Insa numai in ultimele decenii produsele pe baza de Aloe vera au devenit disponibile in lume, de la Polul Nord la Polul Sud. Ce trebuie sa avem astazi in vedere in momentul cand cumparam produse din aloe?
Este evident ca produsele unor firme care cultiva planta si au o experienta indelungata in producerea preparatelor vor fi de calitate superioara celor provenind de la firme care se multumesc sa profite de cererea de pe piata pentru a face tot felul de retete noi pentru consumatori. Este clar ca primele pot oferi rodul lungii lor experiente si al investitiilor considerabile din domeniul cercetarilor. Pe de alta parte, este bineinteles de preferat un produs din aloe de la firme care controleaza intreg lantul de productie, de la cultivarea plantei pana la vanzarea catre consumatori.

CUM II VERIFICAM CALITATEA?

Consiliul International pentru Aloe este un organism independent care a luat fiinta in vederea definirii si tinerii sub control a produselor in cadrul industriei Aloe vera. Doar acelea care satisfac anumite exigente primesc acordul si autorizatia de a folosi pe ambalaj si in documentele oficiale sigiliul IASC-ului, care certifica o inalta calitate si modul de producere conform normelor.
O alta indicatie de cautat pe ambalaj este majuscula "K", simbol recunoscut in lumea intreaga. Pentru obtinerea acestei marci a calitatii, produsele trebuie sa fie supuse examinarii pe care o face un rabin trimis de un laborator autorizat. El verifica instalatiile, controleaza stabilizarea, procedeele si compusii utilizati in fabricatie. Normele sunt severe si corespund unor niveluri foarte ridicate. Multe grupari religioase, nu neaparat evreiesti, considera marca Kosher un ghid pentru a descoperi produsele de calitate.
Certificatul Societatii Islamice constituie, de asemeni, o indicatie despre puritatea si nivelul inalt al produselor din aloe, iar marca iepurasului insotit de NOT TESTED ON ANIMALS indica faptul ca testele de verificare a calitatii nu s-au efectuat pe animale.
Daca o eticheta precizeaza faptul ca produsul contine un anumit procent de Aloe vera (de exemplu 95%) v-ati putea astepta ca aloe sa reprezinte 95% din continutul tubului sau flaconului. Dar in realitate, acesta poate insemna ca cei 10% din gelul pur de aloe continut in produs au o concentratie de 95%. Iata deci ca exista un serios risc de confuzie. Nu putem avea incredere in orice eticheta. Cel mult ea poate indica daca Aloe vera este compusul principal din produs si in aceasta calitate numele plantei trebuie sa figureze in capul listei de ingredienti.
Daca nu este asa, orientati-va catre alta marca.
Procedeele, situatiile, temperaturile variaza de la un fabricant la altul. Pentru a fi pastrata compozitia bioactiva a prosuselor trebuie riguros controlata si mentinuta sub anumite niveluri; nu trebuie adaugata nici o substanta chimica. Daca veti cumpara miere, veti verifica sa fi fost extrasa la rece pentru ca elementele nutritive sa fie prezente inca in produs. Pentru Aloe vera principiul este acelasi.
Cand este stabilizat si preparat corespunzator, sub forma de bautura, gelul de aloe ofera toate proprietatile de care e nevoie pentru a stimula digestia cu blandete, nu implica nici un risc de toxicitate sau de efecte negative si ofera garantia stimularii aportului de substante nutritive si a dinamizarii sistemului imunitar.
Gelul de aloe este un lichid galbui, putin mai vascos (datorita pulpei de planta pe care o contine), spalacit la culoare si gros, cremos. Culoarea poate sa varieze de la un esantion la altul, dar unele firme au recurs la tehnici de

decolorare si recolorare artificiala in vederea uniformizarii pentru intreaga productie. Oricum, amintiti-va remarca unui reprezentant al celor care se ocupa de plantatiile de aloe: "Daca sucul pare a fi apa si are gust de apa, atunci exista mari sanse ca acel lichid sa fie chiar apa. In acest caz alegeti alta marca."

ARE UN GUST PERTICULAR?

Gustul este efectiv neobisnuit, dar ne putem adapta cu usurinta. La prima abordare anumite persoane il gasesc un pic straniu, dar totul se aranjeaza cand papilele se familiarizeaza cu el. Ale vera nu se vinde pentru ca este bun la gust, ci pentru cu totul alte calitati.

Ultimul cuvant

Cand mergeti la medic si primiti o reteta, ce stiti despre asta? Daca vi s-ar spune din ce substante chimice este alcatuit medicamentul, inseamna ceva pentru voi? Stiti ce efecte secundare poate avea? Ce efecte pe termen lung? Medicul care va trateaza stie? Ar putea el sa obtina informatii de la reprezentantii de vanzari ai companiei care face medicamentul? Cat timp se testeaza produsele inainte de a fi lansate pe piata? Ati auzit de vreo firma care sa retraga un medicament pentru ca nu este sigur?
In schimb, daca medicul v-ar spune sa luati un produs care a fost folosit in medicina mai multa vreme decat orice alt tratament cunoscut, care este stiut ca sigur, netoxic si total natural, fara efecte secundare si cu rezultate excelente, l-ati folosi?
Pentru cei care cred ca aceste intrebari sunt alarmante, exista un grup de medici care declara ca in Marea Britanie, de pilda, unul la zece paturi de spital este ocupat de un pacient care sufera din cauza unui tratament alopat. Cu alte cuvinte, din cauza efectelor secundare ale unui medicament sau datorita efectelor combinate din diferite tratamente. Si mai simplu – din cauza urmarilor nedorite ale combinatiilor de medicamente.
Aceasta carte nu a fost scrisa pentru a convinge sau pentru a da verdicte. Daca sunt cititori care testeaza Aloe vera dupa ce sfarsesc paginile de fata, atunci vor avea o parere personala datorita rezultatelor pe care o sa le obtina, nu datorita celor scrise aici. Inca va este greu sa credeti ca un gel amar extras dintr-o planta folosita de peste patru mii de ani alina (fara efecte secundare) o lista larga de boli si, cu toate ca nu ofera nici o explicatie in ceea ce priveste cum o face, isi mentine totusi o reputatie excelenta?
Atunci ce spuneti despre povestea firmei farmaceutice Bayer care in 1899 a produs o pudra alba care, asa cum pretindeau reprezentantii, reduce durerea, inflamatiile si febra? Oricum nimeni nu stia cum actioneaza, dar era deja utilizata de 2000 de ani si a fost rafinata dintr-un preparat amar si neplacut la gust, obtinut din scoarta de salcie si alte plante. Chiar si acum se spune ca poate sa protejeze impotriva cancerului colonorectal, sa intarzie procesul de imbatranire, sa opreasca HIV si sa previna atacurile de inima. Ce pretentii nesabuite! ati putea gandi. Nu numai ca nu se stie ce o face sa actioneze, dar are efectul secundar al sangerarii gastrointestinale. Asa ca cine e gata sa ia in serios un asemenea produs si sa-l cumpere?
Adevarul este ca omenirea foloseste peste 40.000 de tone de pastile anual, 100 de tone pe zi, 5 tone in fiecare ora. Se numeste aspirina.
Va urez sanatate enorma!